

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА»
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Факультет начальных классов
Выпускающая кафедра педагогики и психологии начального образования

Плещико Дарья Анатольевна

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

АДАПТАЦИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ К ШКОЛЬНОМУ
ОБУЧЕНИЮ

Направление подготовки 44.01.02 Педагогическое образование
Направленность (специальность) образовательной программы Педагогика и психология
начального образования

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Зав. кафедрой нач. школ, наук, доцент, доцент по кафедре
И.А. Мосина психологии

И.А. Мосина
(дата подписи)

Руководитель:

канд. психол. наук, доцент, доцент по кафедре
педагогики и психологии начального образования
Е.В. Гордасенко

10.06.2021
(дата подписи)

Дата защиты:

Обучающийся: Плещико Д.А.

09.06.2021
(дата подписи)

Оценка

хорошо
(оценочно)

11.06.2021
(дата подписи)

Красноярск 2021

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. СОВРЕМЕННЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ ПРОБЛЕМЫ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К ШКОЛЕ.....	6
1.1. Понятие об адаптации в психолого-педагогической литературе.....	6
1.2. Специфика адаптации младших школьников к школе	12
1.3. Психолого-педагогические условия в период адаптации первоклассников	22
Выводы по главе 1	29
ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ИЗУЧЕНИЮ ПРОЦЕССА АДАПТАЦИИ К ШКОЛЕ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ.....	31
2.1. Организация и методы исследования	31
2.2. Анализ результатов исследования.....	38
2.3. Программа формирующего эксперимента, направленная на улучшение адаптации первоклассников	47
Выводы по главе 2	50
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	53
СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ	58
ПРИЛОЖЕНИЕ	65

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. Процесс адаптации – важнейший момент становления ребенка в качестве субъекта учебной деятельности. Во-первых, потому что в ходе адаптации к школьному обучению ребенок получает ориентацию в системе поведения, что надолго определяет дальнейшую судьбу его развития. Во-вторых, в ходе этого процесса формируется ученический коллектив с определенным уровнем социально-психологической сплоченности.

Взаимоотношения в школьном классе выступают мощным средством привлечения личности ребенка к новым культурно-социальным функциям, нормам поведения, характерным для школы. Самым важным является то, что процесс привыкания к школьной жизни и ее условиям является сложным. Одни дети проходят этот процесс легко без психических травм, а другие достаточно сложно, вследствие чего и вытекает проблема «школьной дезадаптации».

В соответствии с Федеральными государственными образовательными стандартами начального общего образования (ФГОС НОО) для успешной адаптации первоклассника классный руководитель должны обеспечить индивидуальный подход к каждому ученику. Школьная дезадаптация – потеря ребенком учебной мотивации, низкая успеваемость, конфликтность в общении с учителями и сверстниками.

Пристальное внимание к школьной адаптации вызвана тем, что, представляя собой динамический процесс прогрессивной перестройки функциональных систем организма, она обеспечивает возрастное развитие; механизмы же приспособления, которые возникли во время адаптации, снова и снова актуализируются, и используются в подобных ситуациях, закрепляются в структуре личности и становятся подструктурами ее характера.

Проблемой адаптации к школе занимались педагоги, психологи, физиологи, медики. Среди них Ш.А. Амонашвили, М.М. Безруких, С.А. Беличева, А.Я. Варламова, Л.С. Выготский, Н.В. Дубровинская, Н.Г. Лусканова, И.А. Коробейников, Р.В. Овчарова, С.И. Семенака и др.

Несмотря на значительный интерес исследователей к проблеме адаптации первоклассников к обучению в школе многие вопросы остаются слабо изученными, в частности, вопросы, касающиеся педагогических условий адаптации первоклассников к обучению в школе. Ведь основной целью адаптационного периода обучающегося является создание педагогических условий, обеспечивающих благоприятное течение адаптации первоклассников к школьному обучению.

Цель исследования: исследовать особенности адаптации младших школьников к обучению в школе и составить программу поддержки первоклассников в процессе адаптации к школьному обучению.

Объект исследования: процесс адаптации к школьному обучению.

Предмет исследования: особенности адаптации первоклассников к школьному обучению.

Гипотеза исследования: мы полагаем, что адаптация к школьной жизни подразумевает академические, социальные и эмоциональные аспекты.

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

- учебный материал понимается и усваивается при подробном наглядном изложении, требуется постоянный контроль взрослого;
- социальный статус в коллективе вполне благоприятный;
- ребенок положительно относится к школе, ее посещение не вызывает отрицательных переживаний.

Задачи исследования:

1. Рассмотреть понятие адаптации в психолого-педагогической литературе.
2. Раскрыть специфику адаптации младших школьников к школе.

3. Выявить педагогические условия в период адаптации младших школьников.

4. Исследовать уровень адаптации младших школьников к обучению в школе.

5. Разработать программу для первоклассников в период адаптации к школе.

Для достижения цели использовались следующие методы: теоретические методы – анализ, синтез, обобщение, сравнение; эмпирические методы – тестирование, анкетирование.

База исследования: МБОУ СШ № 98 г. Красноярск. В исследовании приняли участие первоклассники в количестве 22 человек.

Структура выпускной квалификационной работы состоит из введения, двух глав, выводов по главам, заключения, списка используемых источников, приложения.

ГЛАВА 1. СОВРЕМЕННЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ ПРОБЛЕМЫ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К ШКОЛЕ

1.1. Понятие об адаптации в психолого-педагогической литературе

Изучению адаптации посвящено множество исследований и теоретического (Б.Г. Ананьев, Г.А. Балл, А.Ф. Лазурский, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, Ж. Пиаже, Г. Селье, и др.), и практического направления (Н.Г. Кджанян, Б.Д. Парыгин, Л.Г. Почебут, В.А. Чикер, В.А. Энгельгардт и др.).

За последние 10-15 лет осуществлен ряд исследований, которые углубили, расширили и несколько разнообразили знания по этому вопросу. Учитывая разнообразие подходов к изучению адаптации, появляется необходимость периодического анализа ее сущности и содержания как категории психологической и педагогической науки, что позволит понять современное состояние исследования вопроса, его особенности и определить пути дальнейшего развития.

Также заслуживает внимания проблема слишком широкого толкования явления адаптации. Адаптация является одной из важнейших научных проблем. Это подтверждает то, что еще в 1865 году впервые встал в научном мире вопрос адаптации. Тогда Г. Ауберт ввел термин «адаптация», который начал использоваться в литературе. Сначала под адаптацией понимали изменение чувствительности анализаторов под влиянием приспособления органов чувств к действующим раздражителям.

Указанное свидетельствует о том, что к зарождению научной психологии, вопрос об актуальности адаптации изучали ведущие физиологи того времени. И неудивительно, что в результате почти 150-летней истории исследования указанный вопрос получил широкое и основательное изучение. Большинство исследователей адаптации соглашаются с тем, что адаптация – это довольно сложный феномен.

Так, адаптацию в широком значении трактуют:

- как процесс приспособления индивидуальных и личностных способностей к жизни и деятельности человека в изменяющихся условиях;
- как активное взаимодействие личности и среды в зависимости от степени ее активности;
- как преобразование среды в соответствии с потребностями, ценностями и идеалами личности, или как преимущества зависимости личности от среды;
- как изменения, сопровождающие на уровне психической регуляции, становления (и восстановления), сохранения динамического равновесия личности [8; 12; 14].

Одновременно широта исследований приобрела такой размах, что сформировались принципиально разные подходы к изучению этого вопроса. Так, последние теоретические исследования указывают на значительное расхождение во взглядах относительно выделения научных подходов. С.М. Кулик, которая осуществила анализ подходов исследования адаптации, отличает следующие основные подходы: биофизиологические, психологический, информационно-коммуникативный [7, с. 98].

Биолого-физиологический подход – это приспособление и активное поддержание необходимого уровня организма к внутренним и внешним изменениям, возникающих под влиянием среды биологических, химических, экологических, физиологических факторов.

Психологический подход – это формирование индивидуального стиля деятельности. Вхождение человека в систему внутригрупповых отношений и приспособление к ним. Выработка качеств мышления и поведения, которые создают систему ценностей и норм конкретного коллектива. А также к психологическому подходу относят приобретение, закрепление и развитие умений и навыков межличностного общения в коллективе.

Информационно-коммуникативный подход – это изменение структуры или функции системы и управляющих воздействий на основе полученных данных и текущей информации с целью достижения оптимального состояния

при недостаточной априорной информации или измененных условиях деятельности. Поиск, восприятие и перерабатывающих как информации в контактах.

Взаимная адаптация психосемантических систем. Подход В.Д. Кислого очень схож с позицией А.А. Теличкина, который различает три основных направления исследования проблемы адаптации, каждый из которых лежит в области психофизиологии. Он выделяет:

а) клинико-психологические исследования стресса. Здесь адаптация изучается вне контекста конкретной предметной деятельности;

б) изучение реакций конкретных органов и психических процессов на рабочую нагрузку или на неблагоприятные условия деятельности (шум, гипоксия, давление);

в) комплексное изучение психического и физиологического состояния индивида в процессе адаптации [6, с. 45].

А.Н. Галус в своей докторской диссертации выделил такие подходы в исследовании механизмов адаптации:

- организмо-центрический, где единицей эволюции является отдельный индивид. Эта концепция эволюции породила ложные представления о ходе филогенетической адаптации, что происходит путем функционального приспособления или в результате психических реакций индивидов и целеустремленности эволюционного процесса в целом;

- популяционно-центрический (популяция рассматривалась как система взаимосвязанных индивидов, где решающую роль играет обмен генетической информацией между индивидами и внутрипопуляционный отбор). Необходимо указать, что именно генетическая информация обеспечивает адаптацию последующих поколений, которая приобретена их предками;

- биоцентрический. Его сущностью является способность биосистемы к саморегулированию, где проявляется динамическое противоречие понятий: причина и следствие, случайное и необходимое, внутреннее и внешнее. Так,

внутренние процессы биосистем направлены на стабилизацию внутренней среды и на непрерывную его модуляцию с потребностями;

- медико-физиологический – подход, согласно которому существует адаптация, которая идет по индивидуальной жизни. Эта адаптация формируется в процессе взаимодействия с окружающей средой и нередко обеспечивается глубокими структурными изменениями организма. Приобретенные в жизни изменения не передаются по наследству, они наслаиваются на наследственные признаки организма, и в совокупности с ними формируется индивидуальный учет;

- еще один подход, который ученый четко не определил, но охарактеризовал как социологический подход, поскольку указал, что адаптация является процессом «вхождения», «вживания» человеческого индивида в некоторую целостную систему социальных связей [5, с. 26].

А.Н. Галус опирается на видение А.Г. Мороза и указывает, что адаптация происходит на двух уровнях:

- первый (низший) – в сфере отношений «организм – природная среда». Характеризуется биологическими закономерностями, однако находится под влиянием социальных условий, которые не регулируют отношений между человеческим организмом и природной средой, но модифицируют существенные закономерности этого взаимодействия;

- второй (высший) – в сфере отношений «личность – социальная среда». Характеризуется взаимоотношениями личности и социума и отличается от биологической адаптации [5, с. 38].

На основании изложенного выше целесообразно осуществить обобщение. Так, мы считаем, что наиболее основательным и систематизированным является видение выделенных научных подходов С.М. Кулик.

Другие результаты теоретического исследования научных подходов отражают отдельные аспекты адаптации. Распределение этих подходов целесообразно только с теоретической точки зрения. Практически реальное

взаимодействие качеств осуществляется одновременно на трех уровнях. Поэтому при рассмотрении этих уровней адаптации надо придерживаться взгляда на них как на взаимодействующие подсистемы соответствующих подпространств характеристик личности, находящихся в отношениях гибкой иерархии.

По результатам теоретического исследования можно установить такие подходы к изучению адаптации:

- системный подход. На основе ряда исследований и определений считается, что главное свойство биологических саморегулирующихся систем оказывается в их способности к гибкому поведению в среде. Для таких систем характерны неопределенность и избыточность [11];

- деятельностный подход выражает взаимодействие личности со средой адаптации, которая выступает как причина появления адаптивной потребности. Здесь адаптация рассматривается как приспособление к изменяющимся факторам внешней среды, что объясняется трудностями изучения адаптации во внутриличностном пространстве человека [1].

С позиции философии, социологии, психологии и педагогики сущность адаптации не отстраняет биологические и физиологические формы приспособления, а видоизменяет и опосредует их от природного приспособления к социальному приспособлению. Изменения, которые сопровождают процесс адаптации, пронизывают все уровни организма от молекулярной к психологической регуляции. Социальные факторы влияют на поведение человека через его индивидуальные особенности, которые создаются с участием внешних условий.

По мнению Г.И. Царегородцевой, для человека нет такой среды, влияние которой опосредовалось бы социальными факторами [9]. Поэтому в широком понимании процесс адаптации приравнивают к процессу социализации, рассматривают его, в частности, как:

- единый процесс взаимодействия личности и общества;
- часть процесса социализации, который возникает на разных ее этапах;

- один из основных социально-психологических механизмов социализации личности.

По мнению П.С. Кузнецова, если социализация исторически детерминирована направлением развития личности, то ее можно понимать, как одну из форм проявления адаптации.

Социализация – это форма развития личности, которая через общественно-исторический характер обусловлена процессом адаптации.

М.П. Лукашевич акцентирует, что «социализация – это длительный, непрерывный процесс вхождения личности в общество в целом, через приобретение социального опыта человечества, тогда как адаптация связана с окружающей среды и продолжается до момента достижения свободного функционирования в среде» [8, с. 79].

Указанное понимание взаимосвязей процессов адаптации и социализации является основой адаптивно-развивающей концепции социализации, которая опирается на взаимодействие биологического, психологического и социального механизмов адаптации. Процесс адаптации личности в социальной психологии рассматривается как механизм уравнивания личности и социума.

Социально-психологическая адаптация личности исследовалась в работах А.И. Зотовой, Б.П. Парыгина и др. Социально-психологический аспект адаптации связан с трудностями усвоения новых социальных норм, установления и поддержания определенного социального статуса в малой группе.

В социально-психологической адаптации разделяют понятия «приспособление» и собственно «адаптация»; наблюдается тенденция движения от пассивного приспособления к построению системы продуктивного взаимодействия личности и среды, личности и деятельности. Приспособление является элементом процесса адаптации и отражает форму первичного взаимодействия субъекта с объектами адаптации и через них со средой.

Проведенный теоретический анализ исследований и основных подходов к исследованию содержания и сущности адаптации в различных ее смыслах позволил установить, что, современное понимание сущности адаптации – это процесс желаемого или вынужденного вхождения в любую сферу деятельности личности, успешность которого зависит от степени согласованности условий с возможностями организма и психики человека. Мы считаем, что наиболее основательным и систематизированным является видение выделенных научных подходов С.М. Кулик. Другие результаты теоретического исследования научных подходов отражают только отдельные аспекты адаптации. Распределение этих подходов целесообразно только с теоретической точки зрения. Практически реальное взаимодействие качеств осуществляется одновременно на трех уровнях – биофизиологический, психологический и информационно-коммуникативный. Поэтому при рассмотрении этих уровней адаптации надо придерживаться взгляда на них как на взаимодействующие подсистемы соответствующих подпространств характеристик личности, находящихся в отношениях гибкой иерархии.

1.2. Специфика адаптации младших школьников к школе

Поступление ребенка в школу – это период адаптации ученика-первоклассника к новому кругу общения, к школьной жизни, к увеличению физической и эмоциональной нагрузки. Первокласснику нужно «влиться» в учебно-воспитательный процесс, адаптироваться к новой для себя учебной работы, требованиям классно-урочной системы, социальной среде детского коллектива, требованиям, которые выдвигает учитель [6, с. 18].

Понятие «адаптация» определяют как приспособление индивида к групповым нормам и собственно социальной адаптации, которая предусматривает формирование адекватной системы отношений с социальными объектами, интеграцию личности в социальные группы, принятие норм и ценностей новой социальной среды [7, с. 7]. В частности, по

мнению М.Р. Битяновой, адаптация ребенка к школе означает, прежде всего, приспособление его к новому функционированию: выполнение учебных и социальных требований, принятие на себя ролевых обязательств школьника.

Естественно, что такое приспособление происходит не только на внешнем, поведенческом уровне, но и на внутреннем, личностном: формируются определенные установки, личностные характеристики, которые делают ребенка учеником – старательным и успешным. Таким образом, по утверждению автора, адаптированный ребенок, прежде всего, является приспособленным к полноценному личностному, физическому и интеллектуальному развитию в конкретной педагогической среде [9, с. 12].

Под адаптацией детей к школе В.Р. Цилев понимает процесс привыкания ребенка к школьным требованиям и порядкам, нового для него окружения, условий деятельности [34, с. 27]. По его словам, учебно-воспитательная среда, которую организуют педагоги, состоит из пяти взаимосвязанных составляющих: во-первых, это теоретико-практический блок знаний, умений и навыков, которые должен усвоить ребенок, во-вторых, отношение его к этим компонентам, в-третьих, отношение ребенка к самому себе, в-четвертых, отношения с окружающей средой и – понимание ребенком своего места в мире. Когда ребенок проявляет свое отношение к тому или иному компоненту учебно-воспитательной среды, педагог способен управлять этими чувствами и направлять их в нужное русло за счет использования ряда форм и методов работы [34, с. 17].

Цель адаптационного периода – создать психолого-педагогические условия, которые бы обеспечили благоприятное течение приспособления первоклассников к школе и жизни. Приспособление (адаптация) ребенка к школе происходит не сразу. Это достаточно длительный процесс, связанный со значительным напряжением всех систем детского организма.

Следует отметить, что процесс адаптации ребенка к школе и учебе рассматривается учеными в нескольких аспектах, а именно: биологическом; психологическом; социальном. Биологический аспект предполагает

приспособление первоклассника к новому режиму обучения и жизни. Психологический аспект заключается в принятии ребенком новой системы требований, связанных с выполнением учебной деятельности. Социальный аспект адаптации связывается с вхождением ребенка в ученический коллектив [32, с. 10].

Адаптационный период первоклассников сопровождается такими процессами:

- происходит физиологическое приспособление деятельности функциональных систем организма первоклассника к изменениям в режиме и нагрузке;

- формируются, развиваются и усваиваются способы и приемы новой деятельности – процесса обучения;

- через эмоциональную сферу первоклассника осуществляется оценка изменений в окружающей реальности как субъективно комфортных или дискомфортных и, согласно им, происходит регулирование его поведения и деятельности [28, с. 19].

Учитывая это, удобным будет мнение И.В. Кулагиной, которая считает, что «адаптация – это не только приспособление к успешному функционированию в данной среде, но и способность к дальнейшему психологическому, личностному и социальному развитию» [23, с. 45].

Итак, адаптацию можно рассматривать не только как приспособление ребенка к успешному функционированию в школьной среде (к новой системе отношений, социальных условий, новым требованиям, видов деятельности, режима жизнедеятельности и т.д., причем без серьезных внутренних потерь, ухудшения самочувствия, настроения, самооценки), но и способность к дальнейшему психологическому, личностному, социальному развитию. Ученые выделяют следующие факторы, влияющие на успешность адаптации ребенка к школе [3, с. 97]:

- функциональная готовность к началу систематического обучения: организм ребенка должен быть функционально готов, то есть должен достичь

такого уровня развития отдельных органов и систем, чтобы адекватно реагировать на воздействия внешней среды;

- возраст начала систематического обучения;

- уровень тренированности адаптационных механизмов: первоклассники, посещавшие ранее детский сад, значительно легче адаптируются к школе, чем дети, которые не посещали, которые не привыкли к длительному пребыванию в детском коллективе;

- особенности жизни ребенка в семье: большое значение имеют такие моменты, как психологическая атмосфера в семье, взаимоотношения между родителями, стиль воспитания, статус ребенка в семье и домашний режим жизнедеятельности ребенка;

- психологическая готовность к школьному обучению: психологическая готовность предполагает интеллектуальную готовность (уровень развития познавательных способностей), эмоционально-волевую (эмоциональная зрелость, адекватность эмоционального реагирования, волевая регуляция поведения) и личностную готовность (мотивационная готовность, коммуникативная готовность);

- рациональная организация учебных занятий и режим дня: одним из главных условий, без которых невозможно сохранить здоровье детей в течение учебного года, является соответствие режима учебных занятий, методов преподавания, содержания и насыщенности учебных программ, условий внешней среды возрастным возможностям первоклассников;

- соответствующая организация двигательной активности ребенка: двигательная активность – самый эффективный способ своевременного предотвращения утомляемости, поддержания высокой работоспособности.

В исследовании Г.М. Чуткиной выделено 3 уровня адаптации детей к школе: высокий, средний, низкий.

Высокий уровень адаптации. Первоклассник положительно относится к школе: правила и требования воспринимает адекватно; учебный материал усваивает легко; глубоко и полно овладевает программным материалом,

решает усложненные задачи, вежлив, внимательно выслушивает указания, объяснения учителя; поручения выполняет охотно и добросовестно, без внешнего контроля; проявляет высокую заинтересованность к самостоятельной учебной работы, готовится ко всем урокам; имеет в классе статус [4, с. 98].

Средний уровень адаптации. Первоклассник положительно относится к школе: посещение уроков не вызывает у него негативных переживаний, понимает учебный материал, когда учитель объясняет его довольно подробно и наглядно; усваивает основное содержание программы по всем предметам, самостоятельно решает типовые задачи; сосредоточен и внимателен при выполнении заданий, поручений, указаний учителя, вместе с тем требует контроля со стороны взрослого; сосредоточенным бывает только тогда, когда делает что-то интересное для себя [13, с. 55].

Низкий уровень адаптации. Первоклассник отрицательно или безразлично относится к школе: часто жалуется на здоровье, плохое самочувствие, у него преобладает подавленное настроение; наблюдаются нарушения дисциплины; материал, который объясняет учитель, усваивает фрагментарно; самостоятельная работа с учебником вызывает трудности, при выполнении самостоятельных заданий не проявляет к ним интереса; к урокам готовится нерегулярно, требует постоянного контроля, систематических напоминаний и побуждений как со стороны учителя, так и со стороны родителей; для понимания нового материала и решения задач по образцу требует значительной помощи учителя и родителей; поручения выполняет под контролем и без особого желания; пассивный [6, с. 78].

Главная роль в создании благоприятного психологического климата в классе, принадлежит учителю. Ему необходимо постоянно работать над повышением уровня учебной мотивации, создавая ребенку ситуации успеха на уроке, во внешкольной деятельности, в общении с одноклассниками. При нарушении успешной адаптации к условиям школьной среды у ребенка может возникнуть состояние дезадаптивности личности, что является

негативным следствием искажения процесса активного приспособления ученика первого класса к новым условиям.

Дезадаптация может наступить как результат резкого изменения условий среды, к которым ребенок может быть не готов [18, с. 37]. Анализ зарубежной и отечественной литературы показывает, что термином школьная дезадаптация фактически определяются любые трудности, возникающие у ребенка в процессе обучения. Школьная дезадаптация – это образование неадекватных механизмов приспособления ребенка к школе в форме нарушения обучения и поведения, конфликтных отношений, психогенных заболеваний и реакций, повышенного уровня тревожности [9, с. 14].

Признаки школьной дезадаптации:

- нарушения в отношениях с одноклассниками, родителями, учителями;
- нежелание ходить в школу;
- соматические проявления: головная боль, нарушение аппетита, подавленное настроение, повышенная утомляемость;
- эмоциональные нарушения;
- снижение общительности, эмоциональной устойчивости, самоконтроля, социальной смелости и повышенные показатели эмоциональной возбудимости, тревожности, неспособности к длительному сосредоточению, замыкание в себе.

Современные ученые выделяют ряд причин, определяющих проявления дезадаптации обучающихся первого класса [2, с. 72]:

- завышенные ожидания родителей по обучению детей;
- безразличное отношение к обучению и воспитанию ребенка;
- акцентирование внимания ребенка на недостатках школы или педагога вместо разговоров о приятных моментах школьной жизни;
- гиперопека ребенка;
- нарушение отношений в школе в системе «ученик - учитель», «ученик - ученики»;

- индивидуальные особенности психического развития ребенка: невысокий интеллектуальный потенциал; задержка психического развития; гиперактивность; трудности в волевой регуляции поведения, учебной деятельности; несформированность мотивации к обучению; завышенная самооценка и уровень притязаний ребенка или родителей; повышенная чувствительность ЦНС, повышенный уровень тревожности; агрессивность; замкнутость; соматическая ослабленность (хронические заболевания) и т.д. [14, с. 8-9].

Выделяют несколько стадий учебной дезадаптации [15, с. 4]:

- учебная декомпенсация – состояние, характеризующееся возникновением проблем в изучении одного или нескольких школьных предметов на фоне сохранения общего интереса к школе;

- школьная дезадаптация – состояние ребенка, когда на фоне трудностей обучения на первом плане появляются нарушения поведения, конфликты с педагогами, пропускания занятий и тому подобное;

- социальная дезадаптация – состояние ребенка, когда происходит полная потеря интереса к учебе, пребывание в школьном коллективе, переход к асоциальным группам;

- криминализация среды обитания ребенка [2, с. 72].

Лучшим способом борьбы с осложнениями процесса адаптации ребенка к условиям школьной среды выступает предупреждение и профилактика описанных выше причин проявлений дезадаптации обучающихся первого класса. Социальная профилактика дезадаптации ребенка предполагает выбор педагогом эффективных форм и методов работы, способствующих успешному формированию школьной адаптированности ребенка [11, с. 35].

Анализируя процесс адаптации первоклассника в школу, целесообразно выделить виды адаптации и влияющие на них факторы:

1. Адаптация к новым условиям жизни и деятельности, к физическим и интеллектуальным нагрузкам.

На данный вид адаптации влияют следующие факторы:

- возраст первоклассника;
- степень сформированности морфофункциональных систем организма ребенка;
- уровень развития произвольной регуляции поведения и организованности ребенка;
- посещение или непосещение детского сада;
- изменение ситуации в семье (смена места жительства, развод родителей и т.д.)

2. Адаптация к новым социальным отношениям.

На адаптацию к новым социальным отношениям влияют такие факторы:

- пространственно-временные факторы (режим дня, организация рабочего места дома, наличие школьной формы, признание «взрослости» первоклассника, предоставления ему самостоятельности и т.д.);
- характер общения ребенка со сверстниками и взрослыми (отношение к ребенку в классе, в семье, стиль поведения родителей и педагогов, особенности семейного микроклимата, социальная компетентность ребенка и т.п.);
- уровень развития произвольности поведения.

3. Адаптация к новым условиям познавательной деятельности.

Адаптация к новым условиям познавательной деятельности зависит от:

- актуальности образовательного уровня ребенка (знаний, умений, навыков), полученного в дошкольном учебном заведении или в домашних условиях;
- уровня интеллектуального развития;
- способности овладеть умениями и навыками учебной деятельности;
- любознательности как основы познавательной активности;
- сформированности творческого воображения;

- коммуникативных способностей (умение общаться со взрослыми, сверстниками);

- уровень развития произвольности психических процессов.

Выделяют три основных этапа адаптации [30, с. 35].

- Первый этап – ориентировочный. В ответ на весь комплекс новых воздействий, связанных с началом систематического обучения, практически все системы организма ребенка «отвечают» бурной реакцией и значительным напряжением. Этот этап может длиться две-три недели. На данном этапе ни о какой экономии ресурсов организма говорить не приходится – организм тратит все, что есть, а иногда и больше. Родителям и учителю важно помнить о высокой цене, которую платит организм каждого ребенка в этот период.

- Второй этап – заметное неустойчивое приспособление, когда организм ищет и находит варианты реакций на эти воздействия. Продолжается этот период около двух недель.

- Третий этап – период относительно устойчивого приспособления, когда организм находит наиболее оптимальные варианты реагирования на нагрузку, требующие меньшего напряжения всех систем организма. Но возможности детского организма вовсе не безграничны, поэтому длительная усталость, а порой и переутомление, могут наносить вред здоровью первоклассника. На любую деятельность школьника, будь то умственная работа, связанная с усвоением новых знаний, или же статическая нагрузка, которую испытывает организм при вынужденной позе сидя, или психологическая нагрузка при взаимодействии в коллективе, организм реагирует своим напряжением. Длительное напряжение организма и переутомление могут привести к нарушению здоровья первоклассника. Данный этап протекает в течение одной недели.

Все три фазы адаптации продолжаются примерно 5-6 недель, то есть этот период будет продолжаться до 10-15 октября. Наиболее сложными являются первые 2 этапа.

Как отмечают М.М. Безруких и С.П. Ефимова, эти первые недели обучения характеризуются достаточно низким уровнем и неустойчивостью работоспособности, очень высоким уровнем напряжения сердечнососудистой системы, а также низким показателем координации (взаимодействия) различных систем организма между собой.

По интенсивности и напряженности изменений, которые происходят в организме ребенка в процессе учебных занятий в течение первых недель обучения, нагрузку можно сравнить с воздействием на взрослый, тренированный организм экстремальных нагрузок [13, с. 53].

Вместе с тем несоответствие между требованиями, нагрузкой и возможностями ребенка может привести к серьезным изменениям в центральной нервной системе, к резкому падению учебной активности, к снижению работоспособности. Недаром значительная часть первоклассников в конце учебных занятий испытывает резко выраженное утомление. Только на 5-6-й неделе обучения постепенно растут и становятся более устойчивыми показатели работоспособности, снижается напряжение основных жизненно важных систем организма (центральной нервной, сердечно-сосудистой, симпатoadреналовой), то есть наступает относительно устойчивое приспособление ко всему комплексу нагрузок, связанных с обучением [6, с. 76].

Однако, по некоторым показателям, эта фаза относительно устойчивого приспособления может затянуться до 9 недель, то есть продолжаться более двух месяцев. И хотя считается, что период острой физиологической адаптации организма к учебной нагрузке заканчивается на 5-6 неделю, весь первый год можно считать периодом неустойчивой, напряженной регуляции всех систем детского организма.

Таким образом, адаптацию можно рассматривать не только как приспособление ребенка к успешному функционированию к новой системе отношений, социальным условиям и новым требованиям, но и как способность к дальнейшему психологическому, личностному и социальному

развитию. В соответствии с определением, данным М.Р. Битяновой, адаптация ребенка к школе означает, прежде всего, приспособления его к новому функционированию: выполнение учебных и социальных требований, принятие на себя ролевых обязательств школьника. Следует отметить, что адаптационный период первоклассников, сопровождается рядом процессов, среди которых можно выделить физиологические приспособление деятельности функциональных систем организма первоклассника к изменениям в режиме и нагрузке, формирование и развитие способов и приемов процесса обучения, оценка изменений в окружающей реальности как субъективно комфортных или дискомфортных. Процесс адаптации протекает в 3 этапа и длится около 5-6 недель. Наиболее сложными являются первые два этапа, так как организм затрачивает все ресурсы, что есть в организме ребенка. Напряжение всех функциональных систем организма ребенка, связанное с изменением привычного образа жизни, в наибольшей степени проявляется в течении первого полугодия. Считается, что период острой физиологической адаптации организма к учебной нагрузке заканчивается на 5-6 неделю, весь первый год можно считать периодом неустойчивой, напряженной регуляции всех систем детского организма.

1.3. Психолого-педагогические условия в период адаптации первоклассников

Адаптация ребенка к школе – это важный шаг во взрослую жизнь, и от того, как она пройдет, зависит его способность адаптироваться к новым условиям и реализовать собственные потенциальные возможности. Ребенок, поступающий в школу должен быть физически и психически здоровым, социально зрелым, он должен достичь определенного уровня умственного и эмоционально-волевого развития, уметь планировать свою деятельность и осуществлять самоконтроль. Поэтому понятие «адаптация ребенка к школе»

учителя начального звена рассматривают как комплексное и такое, которое охватывает все сферы жизнедеятельности будущего первоклассника.

В школе должны быть созданы все необходимые условия для полноценного обучения первоклассников, а именно: иметься необходимые материалы для учебно-воспитательной деятельности, созданы условия для полноценного физического и психического развития, для развития музыкальных и других творческих способностей ребенка и тому подобное.

В классных комнатах условия содержания детей должны соответствовать санитарно-гигиеническим требованиям. Классы должны быть наполнены мебелью в соответствии с возрастными особенностями детей, должны иметься специальные шкафы для раздевания. Первоклассники должны находиться под постоянным наблюдением медицинской сестры. Своевременно проводиться плановые прививки, осмотры состояния здоровья детей.

В начале учебного года должна быть определена группа здоровья каждого ребенка, что дает возможность в дальнейшем использовать индивидуальный подход к воспитанию, развития и обучения детей. Одним из условий физиологической подготовки детей к обучению и адаптации в школе является полноценное питание ребенка, выполнение натуральных норм.

Большое внимание учителя должны обращать внимание на полноценное физическое развитие детей. С этой целью должны организоваться, кроме занятий по физкультуре, и такие виды работ, как: физкультминутки, физкультурные развлечения, спортивные игры и соревнования. Формирование всех составляющих адаптации ребенка к школе осуществляется в определенной системе. Так, в годовом плане работы психолога школы должна быть предусмотрена работа по проблеме готовности ребенка к дальнейшему обучению и ее адаптации к условиям школы.

Как показывает изучение работы педагогов, работающих в первых классах, большое внимание они уделяют не только формированию

специальных умений, а главное – создают для ребенка условия для формирования способности эмоционально реагировать на окружающий мир, рассуждать, планировать свою деятельность, доводить работу до конца, что является важнейшими факторами в формировании успешной учебной деятельности. Все это прослеживается в различных видах деятельности ребенка: изобразительной – через лепку, рисование, конструирование; через ознакомление с окружающим миром, ознакомление с природой; в музыкальной деятельности, физкультурной, игровой, исследовательской деятельности и прочее.

Кроме того, значительная работа проводится по развитию восприятия (это оперирование сенсорными понятиями: цветом, формой, величиной), с зрительно-моторной координации (сноровкой мелких движений руки ребенка) и способностью оперировать определенными предметно-количественном отношении (сравнение предметов, ориентация в пространстве).

Большое внимание учителя должны уделять речевому развитию ребенка, которое необходимо для успешного дальнейшего обучения. С целью повышения уровня адаптации детей получение знаний систематически используются такие формы работы, как:

- чтение детям художественных произведений, просмотр любимых мультфильмов;
- организация сюжетно-ролевых игр;
- постоянно действующие выставки детского творчества;
- классные праздники, инсценировки сказок.

Все это положительно влияет на социализацию детей, так как между детьми возникают дружеские отношения, способствующие формированию у них дисциплинированности, чувства долга и других качеств, необходимых обучающимся для успешного сосуществования в школьной среде.

Эффективность процесса школьной адаптации в значительной мере определяет успешность дальнейшей учебной деятельности, сохранения

физического и психологического здоровья детей. Поэтому решение этой проблемы происходит в комплексе, с привлечением к работе не только педагогов, психологов, логопедов, но и детей и их родителей.

Концепция адаптации первоклассника охватывает следующие основные положения:

- состояние здоровья первоклассника является интегральным показателем общественного развития, отражает его физическое, психическое и социальное благополучие, эмоциональную гармонию;
- процесс вхождения ребенка в новые социальные ситуации, выработки ею собственной системы отношений к общественному окружению;
- развитие внутреннего равновесия, уверенности в себе, формирование всесторонне развитой личности, человеческого уважения;
- стабилизация эмоционального самочувствия, влияет на внутреннюю напряженность и повышение производительности учебной деятельности;
- главной фигурой в формировании психической, физической и гармонично развитой личности должен стать учитель;
- психологическая готовность ребенка к обучению в школе – предмет постоянного внимания психологов;
- сохранение и укрепление здоровья первоклассников требует сознательного отношения их родителей как необходимого элемента общей культуры, ответственности каждого взрослого члена семьи за ребенка.

Для облегчения процесса адаптации первоклассников к школе разрабатывается ряд мероприятий, посещая которые, ребенок еще до начала обучения постепенно привыкает и к школе, и к учителю, и к будущим одноклассникам. Родители детей посещают родительский лекторий, где получают необходимые консультации специалистов.

Школьным психологом должны проводиться с самого первого дня обучения собеседования с каждым ребенком. Собеседование проходит в атмосфере доброжелательности и ориентировано на оптимистичного перспективного первоклассника. С этого и начинается первый этап

профилактики школьной дезадаптации. Эта работа включает, во-первых, психологическую диагностику готовности детей к обучению в школе, а именно:

- исследование уровня развития познавательных процессов;
- исследование уровня самосознания;
- исследование мотивации готовности;
- исследование социально-психологической готовности (умение общаться в группе сверстников, готовности «играть» социальную роль школьников);
- исследование уровня речевого развития.

На каждого ребенка психолог заполняет анкету, в которой фиксируются данные, помогающие в планировании дальнейшей работы психолога с обучающимися, учителями и родителями, изучены первоклассники, у которых могут оказаться симптомы школьной дезадаптации.

Следующим этапом профилактики школьной дезадаптации является индивидуальное консультирование родителей по вопросам особенностей психического развития ребенка, а также рекомендации по обучению в школе. Успешно проведенная предупреждающая работа психолога способствует благополучной адаптации детей.

Учебная деятельность требует от первоклассника определенного запаса знаний об окружающем мире, сформированности элементарных понятий. Ребенок, идя в школу, должен уметь слушать, воспринимать информацию, обобщать дифференцировать предметы и явления окружающего мира, планировать свою деятельность и осуществлять самоконтроль.

Целью адаптационного периода в 1-м классе педагоги и психолог определяют процесс приучения детей самостоятельно работать, формируют умение дискутировать и отстаивать собственные мысли, предложения, задавать вопросы и отвечать на них. Для безболезненной адаптации детей к систематическому школьному обучению, снятия статического напряжения

первоклассников при одновременном выполнении учебных программ по всем предметам, должно быть составлено оптимальное расписание уроков, в котором учтена допустимая учебная нагрузка в течение дня, недели, а также – психофизиологические и физические возможности первоклассников.

Начало обучения ребенка в первом классе – это сложный этап в его жизни. Для первоклассника это не только новые условия жизни и деятельности, но и новые контакты, новые отношения, новые обязанности. Изменяется социальная позиция ребенка: дошкольника на школьника.

Игровая деятельность играет роль адаптационного компонента как в жизни, так и в обучении ребенка. Научить ребенка адекватно воспринимать окружающую действительность, относиться к людям, общаться, учиться, работать, отдыхать – задача непростая.

Следовательно, необходимо разработать такую систему взаимодействия педагогического коллектива, психолога, учеников, родителей по проблеме адаптации младших школьников, которая помогла бы преодолеть трудности у детей, помочь родителям и педагогам повысить эффективность обучения и воспитания.

Отлаженная система работы педагогов открывает возможность разработки стратегий учебно-воспитательной работы с детьми и психолого-педагогических рекомендаций по преодолению трудностей адаптации, а также дает возможность достижение высокого уровня адаптации обучающихся.

Наблюдение за детьми, различные методики, тесты позволяют определить разные стороны готовности обучающихся к обучению. Это является актуальной задачей современной школы, работа которой направлена на гармоничное формирование личности, создание благоприятных условий для самореализации каждого ребенка.

Главная роль в создании благоприятного климата в классе принадлежит учителю. Ему необходимо постоянно работать над повышением уровня учебной мотивации, создавая ребенку ситуации успеха

на уроке, во время перерывов, во внешкольной деятельности, в общении с одноклассниками.

Целью педагогической деятельности является создание педагогических условий, позволяющих ребенку функционировать и развиваться в школьной системе отношений. Очень большое место в процессе адаптации младших школьников принадлежит взрослым и именно семье. Поэтому большое значение в профилактике трудностей адаптации имеет углубленная индивидуальная и групповая консультация еще на этапе поступления ребенка в школу.

Родителям необходимо давать рекомендации с учетом индивидуальных особенностей ребенка, необходимо проводить индивидуальную работу с ними о возможных школьных трудностях ребенка, а также о путях оказания помощи с их стороны.

Таким образом, успешная адаптация зависит от благоприятных условий и содержания обучения, деятельности и общения ребенка в семье и школе. А эффективность процесса школьной адаптации определяет успешность дальнейшей учебной деятельности, а также сохранение физического и психологического здоровья детей. Поэтому важно привлекать к решению данной проблемы не только педагогов и психологов, но и детей и их родителей. Сопроводительная деятельность педагогов и психологов в период адаптации первоклассников должна быть направлена на создание благоприятных условий для успешного обучения и развития ребенка. Целью сопроводительной деятельности является создание социально-психологических условий для развития личности первоклассников и их успешного обучения.

Выводы по Главе 1:

Проведенный теоретический анализ исследований и основных подходов к исследованию содержания и сущности адаптации в различных ее смыслах позволил установить, что, современное понимание сущности адаптации – это процесс желаемого или вынужденного вхождения в любую сферу деятельности личности, успешность которого зависит от степени согласованности условий с возможностями организма и психики человека. Мы считаем, что наиболее основательным и систематизированным является видение выделенных научных подходов С.М. Кулик. Другие результаты теоретического исследования научных подходов отражают отдельные аспекты адаптации. Распределение этих подходов целесообразно только с теоретической точки зрения. Практически реальное взаимодействие качеств осуществляется одновременно на трех уровнях – биофизиологический, психологический и информационно-коммуникативный. Поэтому при рассмотрении этих уровней адаптации надо придерживаться взгляда на них как на взаимодействующие подсистемы соответствующих подпространств характеристик личности, находящихся в отношениях гибкой иерархии.

Адаптацию можно рассматривать не только как приспособление ребенка к успешному функционированию к новой системе отношений, социальным условиям и новым требованиям, но и как способность к дальнейшему психологическому, личностному и социальному развитию. В соответствии с определением, данным М.Р. Битяновой, адаптация ребенка к школе означает, прежде всего, приспособления его к новому функционированию: выполнение учебных и социальных требований, принятие на себя ролевых обязательств школьника. Адаптационный период первоклассников, сопровождается рядом процессов, среди которых можно выделить физиологические приспособление деятельности функциональных систем организма первоклассника к изменениям в режиме и нагрузке, формирование и развитие способов и приемов процесса обучения, оценка

изменений в окружающей реальности как субъективно комфортных или дискомфортных. Процесс адаптации протекает в 3 этапа и длится около 5-6 недель. Наиболее сложными являются первые два этапа, так как организм затрачивает все ресурсы, что есть в организме ребенка. Напряжение всех функциональных систем организма ребенка, связанное с изменением привычного образа жизни, в наибольшей степени проявляется в течении первого полугодия. Считается, что период острой физиологической адаптации организма к учебной нагрузке заканчивается на 5-6 неделю, весь первый год можно считать периодом неустойчивой, напряженной регуляции всех систем детского организма.

Успешная адаптация зависит от благоприятных условий и содержания обучения, деятельности и общения ребенка в семье и школе. А эффективность процесса школьной адаптации определяет успешность дальнейшей учебной деятельности, а также сохранение физического и психологического здоровья детей. Поэтому важно привлекать к решению данной проблемы не только педагогов и психологов, но и детей и их родителей. Сопроводительная деятельность педагогов и психологов в период адаптации первоклассников должна быть направлена на создание благоприятных условий для успешного обучения и развития ребенка. Целью сопроводительной деятельности является создание социально-психологических условий для развития личности первоклассников и их успешного обучения.

ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ИЗУЧЕНИЮ ПРОЦЕССА АДАПТАЦИИ К ШКОЛЕ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

2.1. Организация и методы исследования

Целью исследования явилось исследование особенностей адаптации младших школьников к обучению в школе и составление программы поддержки первоклассников в процессе адаптации к школьному обучению.

Объект исследования: процесс адаптации к школьному обучению.

Предмет исследования: особенности адаптации первоклассников к школьному обучению.

Гипотеза исследования: мы полагаем, что адаптация к школьной жизни подразумевает академические, социальные и эмоциональные аспекты.

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

- учебный материал понимается и усваивается при подробном наглядном изложении, требуется постоянный контроль взрослого;
- социальный статус в коллективе вполне благоприятный;
- ребенок положительно относится к школе, ее посещение не вызывает отрицательных переживаний.

Задачами экспериментальной части исследования явились:

1. Исследовать уровень адаптации младших школьников к обучению в школе.
2. Разработать программу для первоклассников в период адаптации к школе.

Экспериментальная работа проходила на базе школы № 98 города Красноярск. В исследовании приняли участие ученики 1 «Б» класса в количестве 22 человек. Сроки проведения исследования – с 9 по 20 ноября.

Критерии, определяющие адаптацию первоклассников выбраны следующие:

- 1) академические: эффективность учебной деятельности, усвоение

школьных норм поведения;

- 2) социальные: успешность социальных контактов;
- 3) эмоциональные: эмоциональное благополучие.

Таблица 1

«Уровни адаптации первоклассников»

Уровни Критерии	Низкая степень адаптации	Средняя степень адаптации	Высокая степень адаптации
Академические	Ребенок усваивает учебный материал фрагментарно, не может самостоятельно работать с учебником, требуется постоянный контроль со стороны взрослого	Учебный материал понимается и усваивается при подробном наглядном изложении, сосредоточенность и внимательность проявляют при внешнем контроле взрослого	Глубокое и полное усвоение учебного материала, прилежность, внимательность, выполнение поручений без внешнего контроля
Социальные	Близиких друзей не имеет	Социальный статус в коллективе вполне благоприятный	Благоприятный статус в коллективе, имеет много друзей
Эмоциональные	Отрицательное отношение к школе, доминирующее подавленное настроение, жалобы на нездоровье	Ребенок положительно относится к школе, ее посещение не вызывает отрицательных переживаний	Предполагает положительное отношение ребенка к школе

Для изучения особенностей школьной адаптации мы использовали следующие методики:

Методика 1. «Экспертная оценка адаптированности ребенка к школе» (В.И. Чирков, О.Л. Соколова, О.В. Сорокина) (вариант для педагогов). (см. Приложение А)

Методика содержит упорядоченный набор поведенческих, аффективных и социально-психологических характеристик, позволяющих оценить приспособленность ребенка к школе.

Схема для учителей включает в себя 4 критерия адаптированности и 7 характеристик (шкал) для их оценки.

В качестве критериев выступают:

- эффективность учебной деятельности;
- усвоение школьных норм поведения;
- успешность социальных контактов;
- эмоциональное благополучие.

Инструкция.

По каждому ученику 1 «Б» класса учитель заполняет бланк.

«По каждой характеристике (шкале) выберите утверждение, которое наиболее точно отражает состояние учащегося».

Обработка результатов:

Суммируются баллы выбранных утверждений и определяется уровень социально-психологической адаптации детей:

- высокий уровень адаптации – 22–35 баллов;
- средний уровень адаптации – 15–21 балл;
- низкий уровень адаптации – 0–14 баллов.

Методика 2. «Рукавички» (Г.А. Цукерман) (см. Приложение Б)

Цель методики – выявление уровня сформированности действий по согласованию усилий в процессе организации и осуществления сотрудничества.

Процедура проведения:

Детям, сидящим парами, дают каждому по одному изображению рукавички и просят украсить их одинаково, т. е. так, чтобы они составили пару. Дети могут сами придумать узор, но сначала им надо договориться между собой, какой узор они будут рисовать.

Каждая пара учеников получает изображение рукавичек в виде силуэта (на правую и левую руку) и одинаковые наборы цветных карандашей.

Критерии оценивания:

—продуктивность совместной деятельности оценивается по степени сходства узоров на рукавичках;

— умение детей прийти 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:

Низкий уровень – в узорах явно преобладают различия или вообще нет сходства. Дети не пытаются договориться или не могут прийти к согласию, настаивают на своем.

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

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.

Методика 3. «Социометрия» Дж. Морено (см. Приложение В)

Социально-психологический тест, разработанный Дж. Морено, применяется для оценки межличностных эмоциональных связей в группе, т. е. взаимных симпатий между членами группы

Цель методики – измерение степени сплоченности-разобщенности в группе; выявление соотносительного авторитета членов групп по признакам симпатии-антипатии (лидеры, звезды, отвергнутые); обнаружение внутригрупповых сплоченных образований во главе с неформальными

лидерами. Данная методика позволяет косвенно определить уровень сформированности коммуникативных навыков учащихся.

Перед началом опроса – инструктаж тестируемой группы. В ходе него следует показать, как нужно выполнять задания и гарантировать сохранение тайны ответов.

Инструкция.

«При формировании вашей группы, естественно, не могли быть учтены ваши пожелания, поскольку вы были недостаточно знакомы друг с другом. Сейчас взаимоотношения в группе немного определились, и для вас, и для вашего классного руководителя важно учитывать ваши пожелания при организации деятельности вашего коллектива. Постарайтесь быть искренними в ответах. Исследователи гарантируют тайну индивидуальных ответов».

Интерпретация результатов.

На основании полученных результатов составляется матрица. Матрица состоит: по вертикали – из списка фамилий группы; по горизонтали – их номера, под которыми испытуемые обозначены в списке.

Напротив фамилии каждого испытуемого заносятся данные о сделанных им выборах.

Высокий уровень сформированности социально-коммуникативных навыков – 5 и более выборов.

Средний уровень сформированности социально-коммуникативных навыков – 2 - 4 выбора.

Низкий уровень сформированности социально-коммуникативных навыков – 0 - 1 выборов.

Методика 4. «Карта наблюдений Д. Стотта» (см. Приложение Г)

Цель методики – диагностика трудностей адаптации ребенка в школе.

Данная методика дает возможность получить картину эмоционального состояния ребенка, не позволяющего ему адекватно приспособиться к

требованиям школьной жизни. Карта состоит 16 комплексов симптомов – особенностей поведения. Они пронумерованы и имеют собственное название. Каждый симптомокомплекс включает определенный перечень фрагментов поведения ребенка.

Карта заполняется учителем. Зачеркиваются те цифры, которые соответствуют фрагментам поведения, характерным для данного ребенка. Центральная вертикальная черта определяет более тяжелые нарушения: справа – «неприспособленность», слева – «нарушения».

Интерпретация результатов:

Количественный анализ.

При подсчете симптомов слева оценивается одним баллом, а симптом справа – двумя. Далее, подсчитывается сумма баллов по каждому синдрому и общий «коэффициент дезадаптированности» по сумме баллов по всем синдромам.

Качественный анализ.

Большое количество зачеркнутых отрезков у ребенка дает возможность сделать вывод о серьезных нарушениях в развитии его личности и поведении, а также выделить те синдромы, которые в первую очередь определяют нарушения.

Для нашего исследования мы использовали лишь те, которые позволят определить эмоциональное состояние первоклассников в период адаптации к школе, а именно:

I – недоверие к новым людям, вещам, ситуациям. Любые достижения, любой успех стоят ребенку огромных усилий. Выражена чрезмерная чувствительность, ранимость. От 1 до 11 – менее явные симптомы; от 12 до 17 – симптомы явного нарушения.

V – враждебность по отношению к взрослым. Проявляется в различных формах неприятия взрослых от избегания учителя, подозрительности до неконтролируемой враждебности. Симптомы 1-4 – ребенок проявляет различные формы неприятия взрослых, которые могут быть началом

враждебности или депрессии. Симптомы 5-9 – относятся ко взрослым то враждебно, то старается добиться их расположения. Симптомы 10-17 – открытая враждебность, проявляющаяся в асоциальном поведении. Симптомы 18-24 – полная, неуправляемая, привычная враждебность.

VII – недостаток социальной нормативности (асоциальность). Неуверенность в одобрении взрослых, которая выражается в различных нормах негативизма. Симптомы 1-5 – отсутствие старания понравиться взрослым; безразличие и отсутствие заинтересованности в хороших отношениях с ними. Симптомы 5-9 – у более старших детей могут указывать на определенную степень независимости. Симптомы 10-16 – отсутствие моральной «щепетильности» в мелочах; 16 – считает, что взрослые недружелюбны, вмешиваются, не имея на это права.

VIII – враждебность по отношению к детям (от ревнивого соперничества до открытой враждебности).

X – эмоциональное напряжение. Проявление тревожности в поведении, склонность к слезам. Симптомы 1-5 свидетельствуют об эмоциональной незрелости; 6-7 – о серьезных страхах; 8-10 – о прогулах и непунктуальности.

Коэффициент дезадаптации основной части выборки составляет от 8 до 25 баллов. Свыше 25 баллов свидетельствует о значительной серьезности нарушения механизмов личностной адаптации, эти дети стоят на грани клинических нарушений и нуждаются в специальной помощи.

Итак, мы выделили критерии школьной адаптации, определили комплекс диагностических методов, направленный на изучение компонентов школьной адаптации первоклассников. Далее нам необходимо выяснить, насколько данные критерии и показатели соответствуют реальному уровню адаптации первоклассников.

2.2. Анализ результатов исследования

На констатирующем этапе исследования, мы провели диагностики по выбранным методикам. Перейдем к результатам исследования и определим количественные и качественные показатели адаптации первоклассников к школе.

Результаты исследования адаптации ребенка в школе предоставлены в гистограммах.

1. «Экспертная оценка адаптированности ребёнка к школе» (В.И. Чирков, О.Л. Соколова, О.В. Сорокина).

Анализ проведенного исследования позволил выделить 3 уровня адаптации первоклассников.

Представим полученные результаты в виде диаграммы (Рисунок 1.)

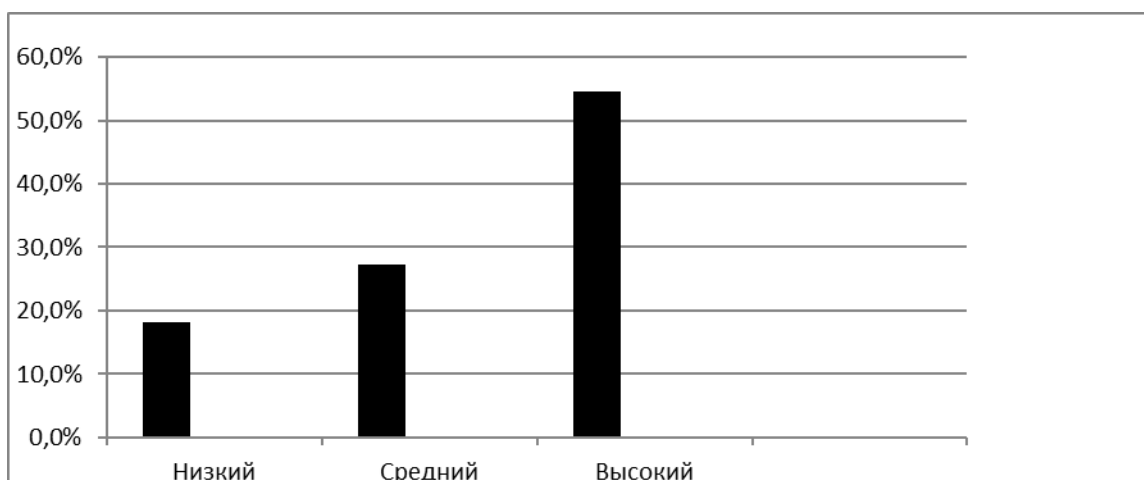


Рис.1. «Экспертная оценка адаптированности ребёнка к школе» (В.И. Чирков, О.Л. Соколова, О.В. Сорокина).

54,5% детей имеют высокий уровень адаптации, эффективно осуществляют учебную деятельность и имеют хорошие взаимоотношения со сверстниками. Они активно работают на уроке, часто поднимают руку. Иногда правильные ответы могут чередоваться с неправильными. Ученики с высоким уровнем адаптации легко вступают в контакт с другими детьми. Активно принимают участие в коллективных играх. Также охотно

взаимодействуют с учителем, стараются понравиться ему. Такие ученики эмоционально стабильны, часто пребывают в хорошем настроении.

Средний уровень адаптации наблюдается у 27,3% учеников. Они характеризуются трудностями в учебной деятельности и во взаимоотношениях со сверстниками. На уроке ученики часто отвлекаются, редко поднимают руку. В работах наблюдаются ошибки, связанные с пропуском букв. Наблюдаются затруднения с усвоением материала по одному из основных предметов. На уроке наблюдается скованность в движениях и позе, напряженность ответов. На перемене не могут найти себе занятие, активность ограничивается подготовкой к следующему уроку. Контактируют только с некоторыми детьми. Иногда пребывают в плохом настроении. Могут быть тревожны, вспыльчивы и обидчивы. В общении с учителем не заинтересованы, за помощью чаще обращаются к одноклассникам.

Низкий уровень адаптации наблюдается у 18,2% учеников из класса, что указывает на слабо сформированную учебную деятельность. Первоклассник не соблюдает школьные нормы поведения и имеет нарушения эмоционального благополучия. На уроке пассивны, часто дают неправильные ответы или не отвечают совсем. Задания выполняют не аккуратно, в тетради много исправлений. На уроке постоянно отвлекаются и разговаривают с одноклассниками. На перемене мешают другим детям играть, ссорятся с ними. Не реагируют на замечания. Иногда наблюдается агрессия по отношению к детям и учителю.

С помощью данной методики, нам удалось выявить некоторые факторы, которые могли бы стать причиной достаточно низкого уровня адаптации.

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

Далее мы исследовали уровень сформированности действий по согласованию усилий в процессе организации и осуществления сотрудничества.

Представим полученные результаты в виде диаграммы (Рисунок 2.)

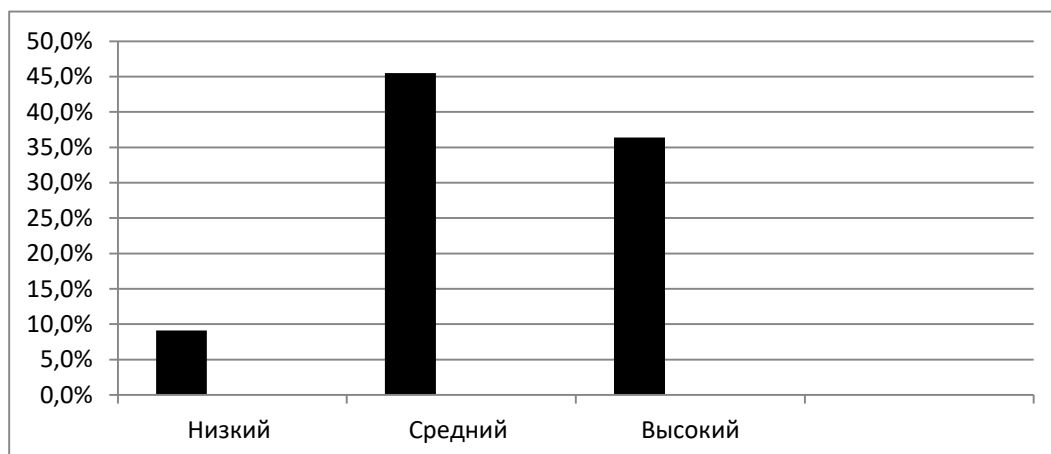


Рис.2. «Рукавички» Г.А. Цукерман

Низкий уровень адаптации наблюдается у 9,1% учащихся. Они не пытаются договориться или не могут прийти к согласию, каждый настаивает на своем, в узорах явно преобладают различия или вообще нет сходства.

У 45,5% первоклассников мы видим средний уровень сформированности действий по согласованию усилий в процессе сотрудничества. Учащиеся частично приходят к согласию. Некоторые признаки совпадают (цвет или форма деталей), но имеются заметные различия.

36,4% детей пришли к согласию относительно способа оформления рукавичек и следили за реализацией принятого замысла – это высокий уровень сформированности действий. Они смогли прийти к общему решению по оформлению, проявили навыки убеждения, аргументировали свою позицию. Также помогали партнеру по ходу рисования. Рисунки были украшены одинаковым или похожим узором.

Индивидуальные количественные данные представлены в приложении Е.

3. «Социометрия» Дж. Морено

Для исследования уровня сформированности социально-коммуникативных навыков у первоклассников мы использовали методику

социометрии.

С индивидуальными количественными данными можно ознакомиться в Приложении Ж.

Перейдем к анализу результатов исследования.

Анализ результатов исследования социометрии детей младшего школьного возраста показала, что в первом классах выявлены следующие уровни развития социально-коммуникативных навыков (Рисунок 3)

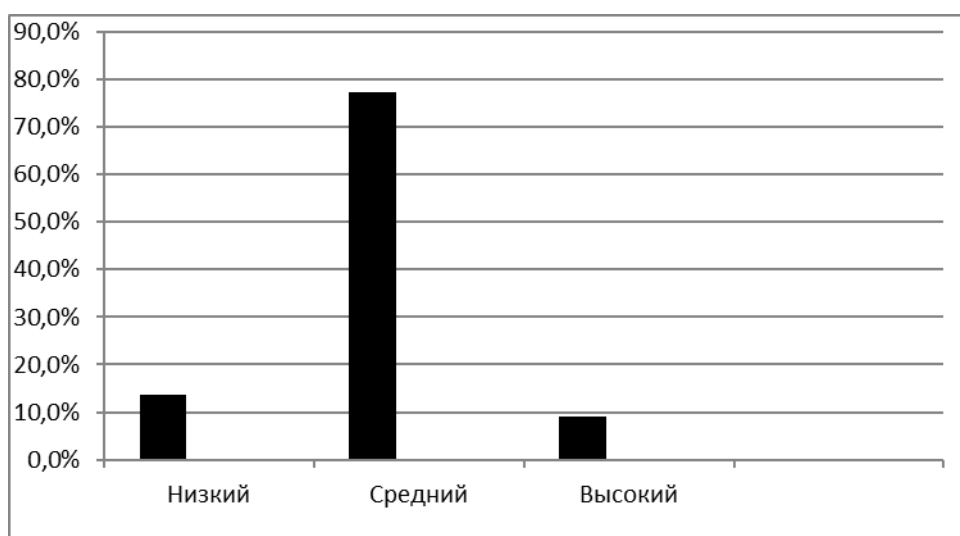


Рис.3. Социометрия

Высокий уровень сформированности социально-коммуникативных навыков у 9,1% учеников. Эти ученики являются наиболее эмоционально привлекательным для других членов класса. Они получили в социометрическом исследовании наибольшее количество положительных выборов от других членов группы и являются «лидерами» класса.

Средний уровень у 77,3% учащихся. Это те ученики, кто получает значительное число положительных выборов. Данные ученики являются принятыми в группе.

Отвергнутые – 13,6% учащихся. Это дети, которые активно не принимаются группой; их личностные качества, особенности поведения,

привычки вызывают острое неприятие у других членов группы, что показывает низкий уровень социально-коммуникативных навыков.

4. Карта наблюдений Д. Стотта

Проведенная методика, направленная на диагностику трудностей адаптации ребенка в школе и выявление эмоционального состояния ребенка, не позволяющего ему адекватно приспособиться к требованиям к школьной жизни показала следующие результаты. (см. Приложение 3)

I – недоверие к новым людям, вещам, ситуациям (Рисунок 4)

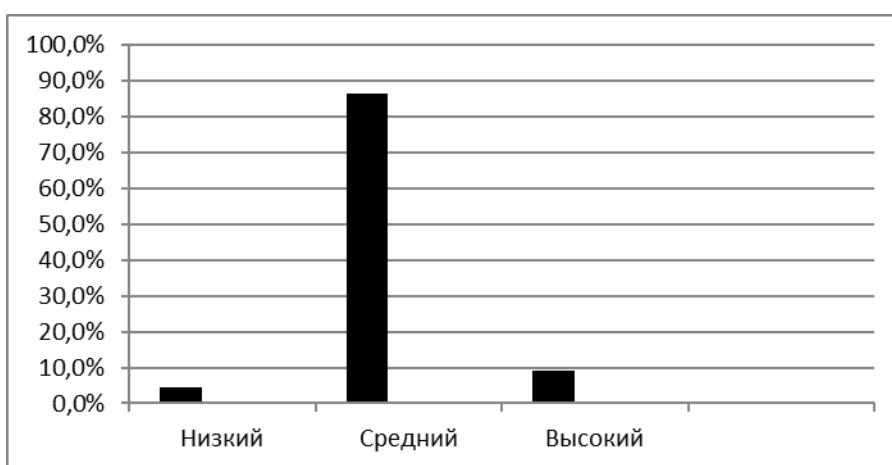


Рис.4. Уровни адаптации по критерию «недоверие к новым людям, вещам, ситуациям»

У 9,1% обучающихся отсутствуют выраженные признаки недоверия. Это показывает высокий уровень адаптации по данному критерию. Средний уровень у 86,4% первоклассников. Они имеют менее явные симптомы недоверия, в отличие от учеников с низким уровнем. Низкий уровень наблюдается у 4,5% обучающихся. Они чрезмерно чувствительны ко всему новому.

V – враждебность по отношению к взрослым (Рисунок 5)

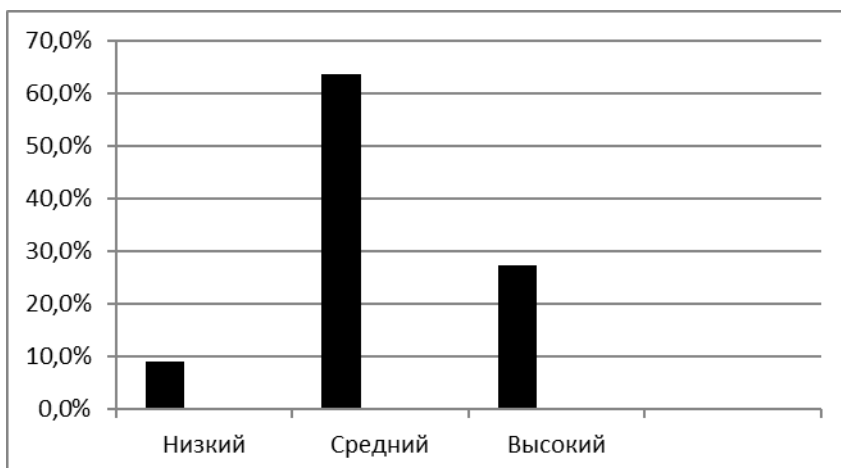


Рис.5. Уровни адаптации по критерию «враждебность по отношению ко взрослым»

У 27,3% учеников высокий уровень адаптации по критерию «враждебность по отношению ко взрослым» - враждебность не наблюдается. 63,6% проявляют различные признаки неприятия взрослых. Могут относиться ко взрослым то враждебно, то стараться добиться их расположения – это говорит о среднем уровне. Открытая враждебность, проявляющаяся в асоциальном поведении выражена у 9,1% учеников.

VII – недостаток социальной нормативности (асоциальность) (Рисунок б)

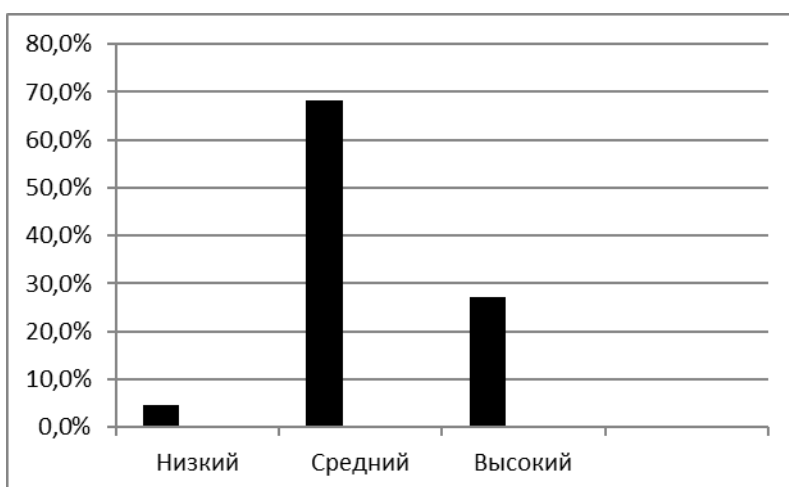


Рис.6. Уровни адаптации по критерию «асоциальность»

Асоциальность не наблюдается у 27,3% учеников, что говорит о высоком уровне адаптации. Отсутствие стараний понравиться взрослым, безразличие и отсутствие заинтересованности в хороших отношениях с ними выявлено у 68,2% учеников – это средний уровень. У 4,5% первоклассников нет моральной «щепетильности» в мелочах.

VIII – враждебность по отношению к детям (Рисунок 7)

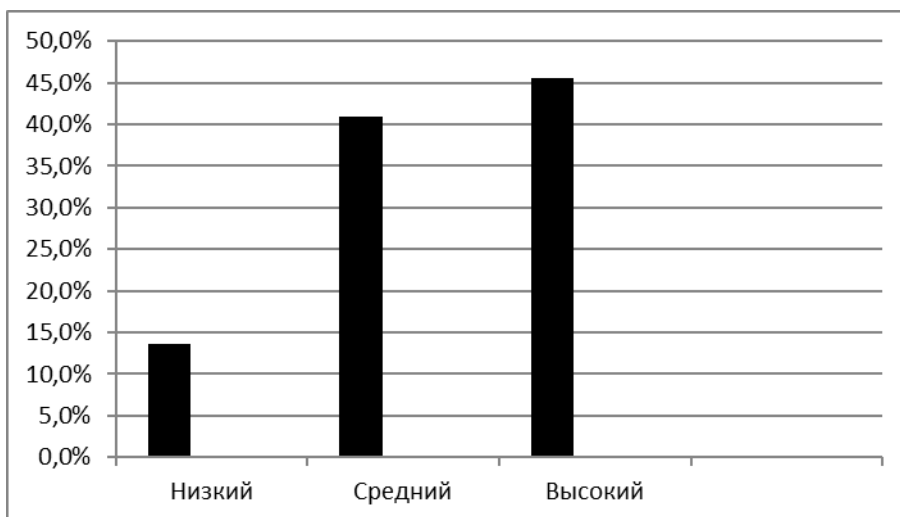


Рис.7. Уровни адаптации по критерию «враждебность по отношению к детям»

45,5% учеников не настроены враждебно по отношению к детям – это высокий уровень адаптации по данному критерию. Ревнивое соперничество между первоклассниками наблюдается у 40,9% класса – это средний уровень. Открытая враждебность проявляется у 13,6% учащихся – низкий уровень.

X – эмоциональное напряжение (Рисунок 8)

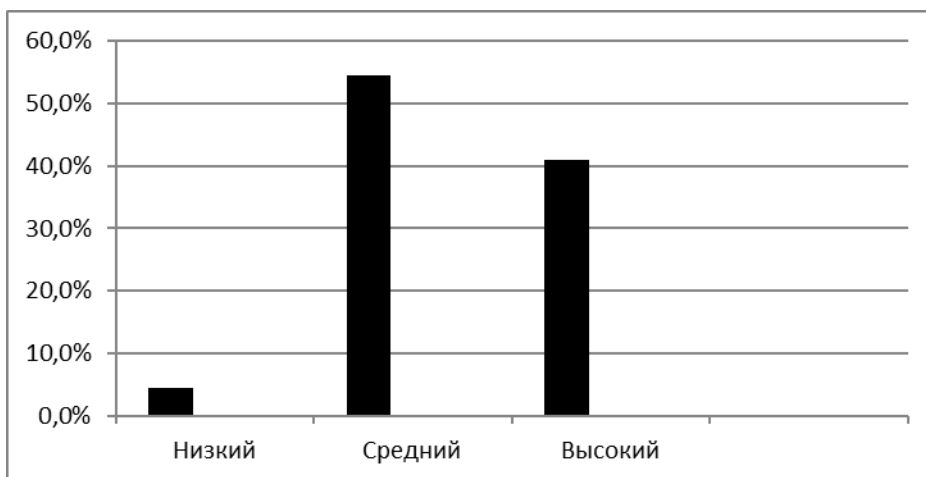


Рис.8. Уровни адаптации по критерию «эмоциональное напряжение»

У 40,9% первоклассников высокий уровень адаптации по данному критерию – эмоциональное напряжение не выявлено. Эмоциональная незрелость выявлена у 54,5% учащихся – это средний уровень. У 4,5% учащихся наблюдается эмоциональное напряжение о серьезных страхах – низкий уровень.

Таким образом, исследование, направленное на диагностику трудностей адаптации первоклассников показало следующие результаты (Рисунок 9):

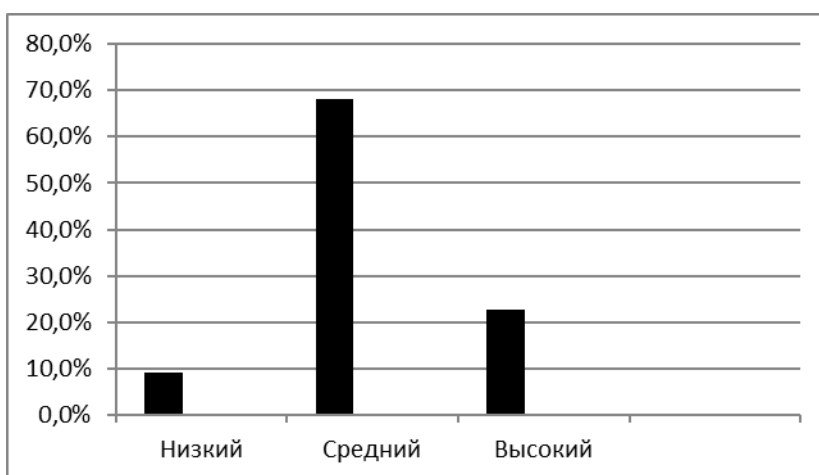


Рис.9. Уровни адаптации по методике, направленной на выявление трудностей адаптации

У 22,7% учащихся высокий уровень адаптации. Это значит, что данные ученики не испытывают особых трудностей, связанных с адаптацией к школе. Средний уровень у 68,2% первоклассников. Они испытывают некоторые трудности, связанные с приспособлением к школьной жизни. И у 9.1% - низкий уровень. Они агрессивны либо безразличны к одноклассникам и учителю, испытывают к ним недоверие. Имеются некоторые проявления ассоциальности.

Общий результат по всем диагностикам (см. Приложение И)

Общий результат наглядно показывает 3 уровня адаптации: высокий, средний и низкий.

Полученные данные наглядно представлены ниже (Рисунок 10).

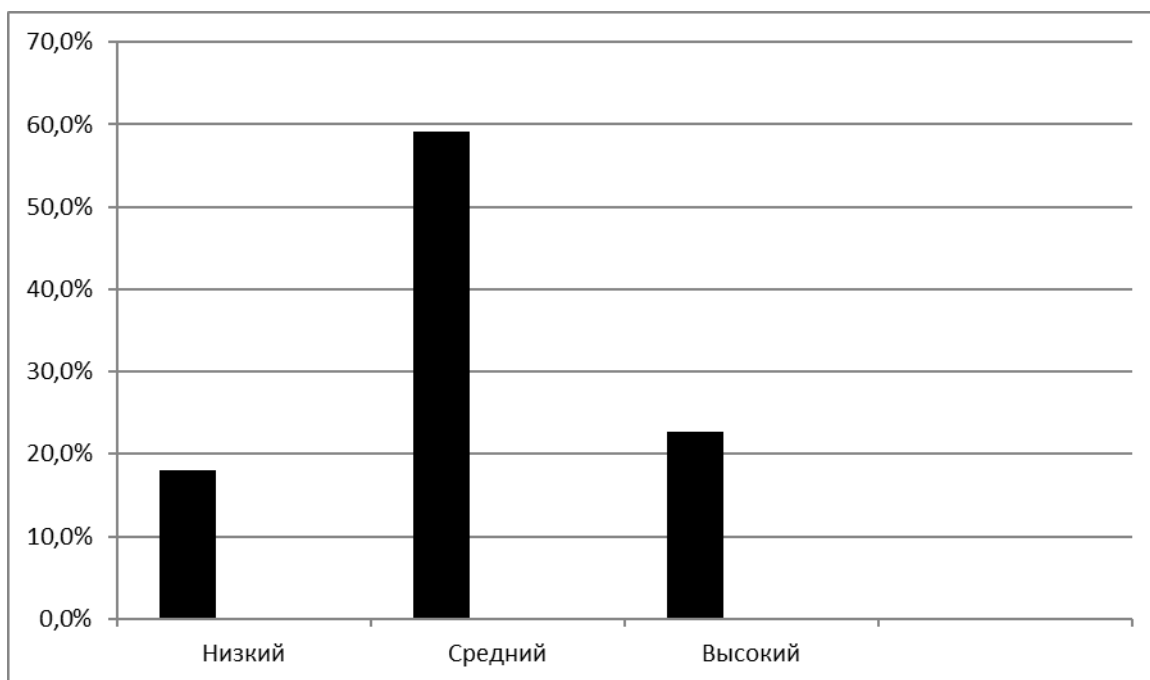


Рис.10. Общий результат

Высокий уровень адаптации характеризуется полным усвоением учебного материала, прилежностью и внимательностью первоклассника, а также выполнением поручений без особого контроля. Ученик с высоким уровнем адаптации имеет благоприятный статус в коллективе и положительно относится к школе. В 1 «Б» классе учеников с высоким уровнем адаптации 22.7%.

Ученики со средним уровнем адаптации понимают и усваивают учебный материал при наглядном изложении. Внимательность проявляют при внешнем контроле взрослого. У таких учеников вполне благоприятный социальный статус и посещение школы не вызывает отрицательных переживаний. В 1 «Б» классе таких большинство – 59,1%.

Низкий уровень адаптации у первоклассников выражен тем, что они усваивают учебный материал фрагментарно, не могут самостоятельно работать с учебником, им постоянно требуется контроль со стороны взрослого. Не имеют близких друзей и отрицательно относятся к школе. Доминирует подавленное настроение – это 18,1% учащихся 1 «Б» класса.

2.3. Программа формирующего эксперимента, направленная на улучшение адаптации первоклассников

В процессе обучения в школе начало обучения является наиболее критическим периодом для первоклассника. Меняются условия жизни ребенка, появляются новые контакты, принципиально меняется вид деятельности, к ребенку предъявляются новые требования. Все это требует большого напряжения сил ребенка. Именно поэтому в этот период ребенок нуждается в поддержке со стороны взрослых – учителя и родителей.

В нашей программе предусмотрена работа с родителями будущих первоклассников с целью повышения психолого-педагогической компетентности в тех вопросах, которые наиболее актуальны с точки зрения переживаемого детьми периода развития.

В работе с родителями нами предложено провести 2 родительских собрания на темы «Адаптация к школе» и «Кризис семи лет». Это повысит уровень родительской компетенции в вопросах социально-психологической адаптации ребенка к обучению в школе.

В работе с детьми мы предлагаем педагогу смягчить и ускорить процесс адаптации первоклассников в школе. На данном этапе следует

помочь первоклассникам сформировать позицию школьника и научить их эффективно взаимодействовать друг с другом. С этой целью нами предлагается 8 занятий с первоклассниками.

Цель программы – создание психолого-педагогических условий, обеспечивающих благоприятное течение адаптации первоклассников к школьному обучению.

Работа по данной программе предусматривает два этапа.

1 этап: работа с родителями.

Цель: повышение уровня родительской компетентности в вопросах социально-психологической адаптации ребенка к обучению в школе и возрастным особенностям детей младшего школьного возраста.

Задачи этапа:

1. Познакомить родителей с основными понятиями «кризис семи лет», «адаптация к школе».

2. Познакомить родителей с особенностями развития адаптационных способностей младших школьников.

2 этап: работа с детьми.

Цель: повышение уровня адаптации путем формирования позиции школьника у учеников первого класса и созданием общей положительной атмосферы в классе.

Задачи этапа:

1. Сформировать представления о школе.

2. Сформировать у учеников позицию школьника

3. Выработать понимание учебной деятельности у первоклассников.

4. Научить первоклассников эффективно взаимодействовать друг с другом.

План занятий

Этап №1. Работа с родителями.

Работа по данному этапу предусматривает проведение родительских собраний, посвященных адаптации первоклассников к школьному обучению.

В конце собрания родителям вручаются памятки с актуальной информацией об адаптации младших школьников (см. Приложение К)

Собрание 1. «Что такое адаптация к школе?»

Цель собрания: знакомство родителей с понятием «адаптация».

Задачи собрания:

1. Снять эмоциональное и психологическое напряжение.
2. Познакомить с понятием «адаптация к обучению в школе».

Собрание 2. «Что такое кризис семи лет?»

Цель собрания: знакомство родителей с основными симптомами и этапами протекания кризиса семи лет.

Задачи собрания:

1. Снять эмоциональное и психологическое напряжение.
2. Познакомить с понятием «кризис семи лет».
3. Познакомить с эффективными способами коммуникации с

первоклассниками

Этап №2. Работа с детьми.

Работа по данному этапу предусматривает 8 групповых занятий. К проведению рекомендуется в группе продленного дня с детьми, имеющими средний и низкий уровни адаптации. Продолжительность каждого занятия – 30-35 минут.

Каждое занятие содержит определенные этапы: приветствие, основная часть, заключительная часть. (см. Приложение Л)

Создавая в группе необходимую развивающую среду, способствующую развитию ребенка, следует учитывать возрастные особенности детей, получать поддержку и помощь родителей.

Выводы по Главе 2

Во второй главе нашего исследования мы описали экспериментальную часть исследования. На основе анализа психолого-педагогической литературы, мы выделили три критерия адаптации к школе: академические, социальные и эмоциональные и подобрали, в соответствии с выделенными критериями, комплекс диагностических методик.

Выбор конкретных методик определялся характером проблем и задач, поставленных перед нами. А именно: «Экспертная оценка адаптированности ребенка к школе» (В.И. Чирков, О.Л. Соколова, О.В. Сорокина) (вариант для педагогов), «Рукавички» (Г.А. Цукерман), «Социометрия» Дж. Морено для оценки межличностных эмоциональных связей в группе и «Карта наблюдений Д. Стотта» для диагностики трудностей адаптации ребенка в школе.

Констатирующий этап показал нам уровень адаптации детей к школе.

В результате проведенного исследования были выделены три группы школьников:

В первую группу попадают дети с высоким уровнем адаптации к школе, во вторую группу – со средним уровнем адаптации и в третью – с низким уровнем адаптации.

Общий результат наглядно показывает 3 уровня адаптации: высокий, средний и низкий.

Высокий уровень адаптации характеризуется полным усвоением учебного материала, прилежностью и внимательностью первоклассника, а также выполнением поручений без особого контроля. Ученик с высоким уровнем адаптации имеет благоприятный статус в коллективе и положительно относится к школе.

Ученики со средним уровнем адаптации понимают и усваивают учебный материал при наглядном изложении. Внимательность проявляют при внешнем контроле взрослого. У таких учеников вполне благоприятный

социальный статус и посещение школы не вызывает отрицательных переживаний.

Низкий уровень адаптации у первоклассников выражен тем, что они усваивают учебный материал фрагментарно, не могут самостоятельно работать с учебником, им постоянно требуется контроль со стороны взрослого. Не имеют близких друзей и отрицательно относятся к школе.

Для создания условий, обеспечивающих благоприятное течение адаптации первоклассников к школьному обучению необходимо психолого-педагогическое сопровождение, в ходе которого ученикам помогут сформировать позицию школьника и научить эффективному взаимодействию друг с другом и с учителем.

Разработанная программа включает в себя две части: работу с родителями и работу с детьми. В нашей программе предусмотрена работа с родителями будущих первоклассников с целью повышения психолого-педагогической компетентности в тех вопросах, которые наиболее актуальны с точки зрения переживаемого детьми периода развития. В работе с родителями нами предложено провести 2 родительских собрания на темы «Адаптация к школе» и «Кризис семи лет». Это повысит уровень родительской компетенции в вопросах социально-психологической адаптации ребенка к обучению в школе.

В работе с детьми мы предлагаем педагогу смягчить и ускорить процесс адаптации первоклассников в школе. На данном этапе следует помочь первоклассникам сформировать позицию школьника и научить их эффективно взаимодействовать друг с другом. С этой целью нами предлагается 8 занятий с первоклассниками. Работа по программе психолого-педагогического сопровождения предусматривает 8 групповых занятий. К проведению рекомендуется в группе продленного дня с детьми, имеющими средний и низкий уровни адаптации. Продолжительность каждого занятия – 30-35 минут. Каждое занятие содержит определенные этапы: приветствие, основная часть, заключительная часть. На занятиях

используются различные формы работы с учащимися: игровые задания и упражнения психологического характера, творческие задания и обсуждение с детьми выполненных заданий.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

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

1. Проведенный теоретический анализ исследований и основных подходов к исследованию содержания и сущности адаптации в различных ее смыслах позволил установить, что, современное понимание сущности адаптации – это процесс желаемого или вынужденного вхождения в любую сферу деятельности личности, успешность которого зависит от степени согласованности условий с возможностями организма и психики человека. Мы считаем, что наиболее основательным и систематизированным является видение выделенных научных подходов С.М. Кулик. Другие результаты теоретического исследования научных подходов отражают отдельные аспекты адаптации. Распределение этих подходов целесообразно только с теоретической точки зрения. Практически реальное взаимодействие качеств осуществляется одновременно на трех уровнях – биофизиологический, психологический и информационно-коммуникативный. Поэтому при рассмотрении этих уровней адаптации надо придерживаться взгляда на них как на взаимодействующие подсистемы соответствующих подпространств характеристик личности, находящихся в отношениях гибкой иерархии.

2. Адаптацию можно рассматривать не только как приспособление ребенка к успешному функционированию к новой системе отношений, социальным условиям и новым требованиям, но и как способность к дальнейшему психологическому, личностному и социальному развитию. В соответствии с определением, данным М.Р. Битяновой, адаптация ребенка к школе означает, прежде всего, приспособления его к новому

функционированию: выполнение учебных и социальных требований, принятие на себя ролевых обязательств школьника. Адаптационный период первоклассников, сопровождается рядом процессов, среди которых можно выделить физиологическое приспособление деятельности функциональных систем организма первоклассника к изменениям в режиме и нагрузке, формирование и развитие способов и приемов процесса обучения, оценка изменений в окружающей реальности как субъективно комфортных или дискомфортных. Процесс адаптации протекает в 3 этапа и длится около 5-6 недель. Наиболее сложными являются первые два этапа, так как организм затрачивает все ресурсы, что есть в организме ребенка. Напряжение всех функциональных систем организма ребенка, связанное с изменением привычного образа жизни, в наибольшей степени проявляется в течении первого полугодия. Считается, что период острой физиологической адаптации организма к учебной нагрузке заканчивается на 5-6 неделю, весь первый год можно считать периодом неустойчивой, напряженной регуляции всех систем детского организма.

3. Успешная адаптация зависит от благоприятных условий и содержания обучения, деятельности и общения ребенка в семье и школе. А эффективность процесса школьной адаптации определяет успешность дальнейшей учебной деятельности, а также сохранение физического и психологического здоровья детей. Поэтому важно привлекать к решению данной проблемы не только педагогов и психологов, но и детей и их родителей. Сопроводительная деятельность педагогов и психологов в период адаптации первоклассников должна быть направлена на создание благоприятных условий для успешного обучения и развития ребенка. Целью сопроводительной деятельности является создание социально-психологических условий для развития личности первоклассников и их успешного обучения.

4. На основании анализа психолого-педагогической литературы, мы выделили три критерия адаптации к школе: академическая, социальная и

эмоциональная. В соответствии с выделенными критериями мы подобрали комплекс диагностических методик. А именно: «Экспертная оценка адаптированности ребенка к школе» (В.И. Чирков, О.Л. Соколова, О.В. Сорокина) (вариант для педагогов), «Рукавички» (Г.А. Цукерман), «Социометрия» Дж. Морено и «Карта наблюдений Д. Стотта». Данные методики позволили определить уровень адаптации младших школьников к школе.

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

Высокий уровень адаптации характеризуется полным усвоением учебного материала, прилежностью и внимательностью первоклассника, а так же выполнением поручений без особого контроля. Ученик с высоким уровнем адаптации имеет благоприятный статус в коллективе и положительно относится к школе. В 1 «Б» классе учеников с высоким уровнем адаптации 22.7%.

Ученики со средним уровнем адаптации понимают и усваивают учебный материал при наглядном изложении. Внимательность проявляют при внешнем контроле взрослого. У таких учеников вполне благоприятный социальный статус и посещение школы не вызывает отрицательных переживаний. В 1 «Б» классе таких большинство – 59,1%.

Низкий уровень адаптации у первоклассников выражен тем, что они усваивают учебный материал фрагментарно, не могут самостоятельно работать с учебником, им постоянно требуется контроль со стороны взрослого. Не имеют близких друзей и отрицательно относятся к школе. Доминирует подавленное настроение – это 18,1% учащихся 1 «Б» класса.

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

школьной жизни. Однако есть группа детей, у которых ярко выражены трудности в адаптации к школе.

5. Для создания условий, обеспечивающих благоприятное течение адаптации первоклассников к школьному обучению необходимо психолого-педагогическое сопровождение, в ходе которого ученикам помогут сформировать позицию школьника и научить эффективному взаимодействию друг с другом и с учителем.

Разработанная программа включает в себя две части: работу с родителями и работу с детьми. В нашей программе предусмотрена работа с родителями будущих первоклассников с целью повышения психолого-педагогической компетентности в тех вопросах, которые наиболее актуальны с точки зрения переживаемого детьми периода развития. В работе с родителями нами предложено провести 2 родительских собрания на темы «Адаптация к школе» и «Кризис семи лет». Это повысит уровень родительской компетенции в вопросах социально-психологической адаптации ребенка к обучению в школе.

В работе с детьми мы предлагаем педагогу смягчить и ускорить процесс адаптации первоклассников в школе. На данном этапе следует помочь первоклассникам сформировать позицию школьника и научить их эффективно взаимодействовать друг с другом. С этой целью нами предлагается 8 занятий с первоклассниками. Работа по программе психолого-педагогического сопровождения предусматривает 8 групповых занятий. К проведению рекомендуется в группе продленного дня с детьми, имеющими средний и низкий уровни адаптации. Продолжительность каждого занятия – 30-35 минут. Каждое занятие содержит определенные этапы: приветствие, основная часть, заключительная часть. На занятиях используются различные формы работы с учащимися: игровые задания и упражнения психологического характера, творческие задания и обсуждение с детьми выполненных заданий.

На основании выше изложенного можно сделать вывод, что в ходе проведенного исследования гипотеза исследования нашла свое подтверждение, задачи выполнены, цель достигнута.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Александровская Э.М. и др. Психологическое сопровождение школьников: учебное пособие — М.: Издательский центр «Академия», 2012. – 116 с.
2. Алоева М.А. Лучшие родительские собрания в начальной школе. Ростов-на-Дону. Феникс 2017 г. – 315 с.
3. Ананьева Т.В. Психолого-педагогическое сопровождение семьи, воспитывающей «особого» ребенка // Воспитание и обучение детей с нарушениями развития, 2009. №1. С.64.
4. Балашова Е.Ю. Успешность обучения школьников в современных условиях. Педагогика и психология. - 2008. №10. С.36-38.
5. Безруких М. Почему учиться трудно? / М. Безруких, С. Ефремова, Б. Круглов. — М.: Семья и школа, 2017. – 310 с.
6. Белшева С.А. Диагностика школьной дезадаптации. – М.: АСТ, 2007. – 143 с.
7. Кулик С.М. Психологические особенности управления профессиональной адаптацией учителей; институт психологии им. Г. Сек. Костюка АПН Украины. – К., 2004. – 140 с.
8. Березин М.А. Психическая и социально-психологическая адаптация: проблемы теории и практики. Тематический сборник научных трудов. Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2012. - 155 с.
9. Богданова О.С., Причины школьной дезадаптации [Электронный ресурс] / О. С. Богданова // Фестиваль педагогических идей «Открытый урок», – Режим доступа: <http://festival.1september.ru> (Дата обращения: 10.03.2018)
10. Борисова Т.С., Матюхина Л.М. Метод гигиенической оценки риска дезадаптации детей к школе [Электронный ресурс]. – Минск: МГБУ, 2014. – Режим доступа: <http://www.bsmu.by> (Дата обращения: 20.03.2018)

11. Валиулина И.Ф. Особенности адаптации первоклассников к школе // Молодой ученый. — 2017. — №5. — С. 474-477. — URL <https://moluch.ru/archive/139/39293/> (дата обращения: 15.01.2018).
12. Варламова А.Я. Школьная адаптация. – 2-е изд., перераб. и доп. – Волгоград: Изд-во ВолГУ, 2015. – 204 с.
13. Варламова А.Я. Школьная адаптация подростков. – Волгоград: Изд-во ВолГУ, 2011. – 144 с.
14. Вострокнутов Н.В. Школьная дезадаптация: основные понятия, пути и средства комплексного сопровождения ребенка с проблемами развития и поведения [Электронный ресурс]. – М.: Государственный научный центр социальной и судебной психиатрии им. В.П. Сербского, – Режим доступа: <http://www.otrok.ru> (Дата обращения: 05.10.2018)
15. Выготский Л.С. Собрание сочинений: В 6-ти т. Т.4. Детская психология / Под ред. Д. Б. Эльконина. — М.: Педагогика, 1984. — 432 с.
16. Гагай В.В., Гринева К.Ю. Особенности школьной адаптации первоклассников как трудной жизненной ситуации для детей и родителей [Электронный ресурс] // Педагогика и психология, – 2013. – № 2. – Режим доступа: <http://cyberleninka.ru> (Дата обращения: 31.04.2016)
16. Гангнус Н.А. Формирование у младших школьников позитивной Я-концепции в учебно-познавательной деятельности: автореф. дис. ... канд. пед. наук: – Пермь: Перм. гос. пед. ун-т., 2008. – 25 с.
17. Гончарова Е.Л., Кукушкина О.И. Ребенок с особыми образовательными потребностями // Альманах Института Коррекционной Педагогики РАО. 5/2012. С. 12-21
18. Гормин А.С., Каплунович С.И. Программа «Коррекция школьной дезадаптации» и её реализация в муниципальной системе образования [Электронный ресурс] // Человек и образование, – 2007. – № 3. – Режим доступа: <http://cyberleninka.ru> (Дата обращения: 24.11.2018)

19. Гуткина Н.И. Диагностическая программа по определению психологической готовности детей 6-7 лет к школьному обучению. М.: Психологическое образование, 2012. — 235 с.
20. Гуткина Н.И. Психологическая готовность к школе. М.: Академический Проект, 2010. 184 с.
21. Жигорева М.В. Модульная система коррекционной психолого - педагогической помощи детям с комплексными нарушениями развития // Научно – методический журнал «Коррекционная педагогика» № 5 (35), 2009, С.5 – 12
22. Заваденко Н.Н. Школьная дезадаптация: психоневрологическое и нейропсихологическое исследование [Электронный ресурс] // Вопросы психологии, – 2008. - № 4. – С.21-26. – Режим доступа: <http://www.voppsy.ru> (Дата обращения: 7.11.2018)
23. Заика Д.А. Адаптация первоклассников к школе // Молодой ученый. — 2014. — №12. — С. 333-335. — URL <https://moluch.ru/archive/71/12228/> (дата обращения: 15.01.2018).
24. Иовчук Н.М., Северный А.А., Морозова, Н.Б. Детская социальная психиатрия для непсихиатров. – СПб.: Издательство Питер, 2016. – 412 с.
25. Иовчук Н.М., Северный А.А. Депрессия у детей и подростков [Электронный ресурс]. – М.: Школа-экспресс, 1999. – 80 с. – Режим доступа: <http://www.childpsy.ru> (Дата обращения: 5.09.2018)
26. Корнеева Е.Н. Ох уж эти первоклашки!... Ярославль. «Академия развития» 2010 г. 140 с.
27. Кочергова С.А. Психокоррекция и профилактика дезадаптации младших школьников [Электронный ресурс] // Электронный журнал «Психологическая наука и образование», – 2011. – № 1. – С. 15 – Режим доступа: <http://psyedu.ru> (Дата обращения: 22.11.2018)
28. Кравцова Е.Е. Психологические проблемы готовности детей к обучению в школе. - М.: Педагогика, 2015. 211 с.

29. Лебо С.Р. Теоретические подходы к изучению проблемы школьной дезадаптации [Электронный ресурс] // Фестиваль педагогических идей «Открытый урок», – Режим доступа: <http://festival.1september.ru> (Дата обращения: 5.11.2018)

30. Леонова Е.В., Шатова С.С., Щербакова Е.В. Адаптация и дезадаптация школьников в контексте требований новых федеральных образовательных стандартов [Электронный ресурс] // Психологическая наука и образование, – 2014. – №4. – Режим доступа: <http://psyedu.ru> (Дата обращения: 7.08.2018)

31. Лисина Е.М. Сущность понятий «школьной адаптации» и «школьной дезадаптации» [Электронный ресурс] // Электронный журнал Экстернат.РФ, – 01. 02. 2012. – Режим доступа: <http://ext.spb.ru> (Дата обращения: 4.10.2018)

32. Лукьянова М.И. Развитие психолого-педагогической компетентности учителя. – М.: ТЦ Сфера. – 2009. – 187с.

33. Маленькие шаги в большое будущее. Актуальные проблемы и основные направления психолого-медико-социального сопровождения детей и подростков: Сборник статей и материалов / Т. В. Захарова. – Вологда: Изд. центр ВИРО, 2015. – 252 с.

34. Малофеев Н.Н., Шматко Н.Д. Базовые модели интегративного обучения // Дефектология. 2018. №1. С. 71-79.

35. Матвеева О.Н. О социализации младших школьников в современных условиях // Известия Пензенского государственного педагогического университета имени В.Г. Белинского. Общественные науки. —2010. —№16(20).—С.151—157.

36. Молодцова Т.Д. Диагностика дезадаптации подростков в учебных группах как условие успешной коррекционной работы [Электронный ресурс] // Международный журнал экспериментального образования, – 2014. – № 3. – С. 32 – 34 – Режим доступа: www.expeducation.ru (Дата обращения: 20.11.2018)

37. Молодцова Т.Д. Роль педагогической поддержки в преодолении дезадаптации подростков [Электронный ресурс] // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований, – 2012. – №5. – С. 42 – 44 – Режим доступа: <http://cyberleninka.ru> (Дата обращения: 20.10.2018)

38. Мудрик А.В. Социальная педагогика: Учеб. для студ. пед. вузов / Под ред. В.А. Слостенина. – 3-е изд., испр. и доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 200 с.

39. Мухина В.С. Возрастная психология: Учебник для студентов вузов. — М.: Издательский центр «Академия». 2013. С.253.

40. Назарова Н.М. Специальная педагогика. Том 3. Педагогические системы специального образования Специальная педагогика: в 3 т.: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / под ред. Н. М. Назаровой. — Т. 3: Педагогические системы специального образования / Н. М. Назарова, Л. И. Аксенова, Л. В. Андреева и др. — М.: Издательский центр «Академия», 2018. — 400 с.

41. Немыкина Т.Н., Будникова О.Я. Внутрличностные противоречия у первоклассников и адаптация к школе // Психология XXI века 2015 Материалы международной научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых специалистов "Психология XXI века" 22- 24 апреля 2015 года / Под редакцией В.Б. Чеснокова - СПб. 2015. С. 312-322

42. Овчарова Р.В. Практическая психология образования: Учеб. пособие для студ. психол. фак. университетов. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 448 с.

43. Овчарова Р.В. Справочная книга социального педагога. – Изд.: ТЦ Сфера, 2014. – 480 с.

44. Одинцова Е.Ю. Особенности школьной адаптации детей с ЗПР в условиях использования разных образовательных программ // Сибирский вестник специального образования. [электронный ресурс URL: <http://sibsedu.kspu.ru/index.php?id=280&option=content&task=view>] (дата обращения: 16.10.2018).

45. Певзнер М.С., Лебединская К.С., Мастюкова Е.М. Психологомедико-педагогическая комиссия. Методические рекомендации по организации деятельности. М.: Институт коррекционной педагогики РАО, 2014. - 81 с.
46. Рубцова Т.П. Профилактика школьной дезадаптации [Электронный ресурс] // Фестиваль педагогических идей «Открытый урок», – Режим доступа: <http://festival.1september.ru> (Дата обращения: 17.10.2018)
47. Смирнова И.Л. Школьная дезадаптация. Особенности общения и проявления школьной дезадаптации у младших школьников [Электронный ресурс] // Социальная сеть работников образования, – 09. 02. 2013. – Режим доступа: <http://nsportal.ru> (Дата обращения: 10.11.2018)
48. Соболева М.В. Имитационное поведение в раннем онтогенезе: опыт исследования // «Школа пресс», «Вопросы психологии» М. -2018. -№ 4.. с. 108–112.
49. Сорокина В.В. Психологическое неблагополучие детей в начальной школе. Диагностика и пути преодоления. – 2-е изд. — М.: Генезис, 2007. — 191 с.
50. Федеральный государственный образовательный стандарт [Электронный ресурс]—Режим доступа. —URL: <http://standart.edu.ru/> (дата обращения: 20.02.2018).
51. Фельдштейн Д.И. Глубинные изменения современного Детства и обусловленная ими актуализация психолого-педагогических проблем образования // Вестник практической психологии. 2011. №1 (26). С. 45-55.
52. Фирсова В.А. Некоторые аспекты дезадаптации младших школьников [Электронный ресурс] // Социальная сеть работников образования, – 26. 03. 2014. – Режим доступа: <http://nsportal.ru> (Дата обращения: 24. 03. 2016)
53. Фукин А.И., Курбатская Т.Б. Определение готовности ребенка к школе. – М., 2016. – 120 с.

54. Хлямина С.Ж. Деадаптация младших школьников [Электронный ресурс] / Профессиональное сообщество педагогов, - 2014. – Режим доступа: <http://metodisty.ru> (Дата обращения:12.11.2018)

55. Чиникайло С.И. Современные подходы в изучении школьной деадаптации [Электронный ресурс] // Аналитические материалы и эмпирические исследования молодых ученых: сб. науч. статей. – Минск: БГПУ, 2002. – С. 141 – 147 – Режим доступа: <http://elib.bspu.by> (Дата обращения: 8.09.2018)

56. Яковлева М.Г. Психолого-педагогические условия организации помощи детям с задержкой психомоторного развития в образовательном учреждении. Санкт-Петербург: РГПУ, 2009. – 18 с.

Приложения

«Экспертная оценка адаптированности ребёнка к школе» (В.И. Чирков, О.Л. Соколова, О.В. Сорокина)

Методика содержит упорядоченный набор поведенческих, аффективных и социально-психологических характеристик, позволяющих оценить приспособленность ребенка к школе.

Схема для учителей включает в себя 4 критерия адаптированности и 7 характеристик (шкал) для их оценки.

В качестве критериев выступают:

- эффективность учебной деятельности;
- усвоение школьных норм поведения;
- успешность социальных контактов;
- эмоциональное благополучие.

Инструкция.

«По каждой характеристике (шкале) выберите утверждение, которое наиболее точно отражает состояние учащегося».

Показатели	Оценка показателя в баллах
Критерий 1. Эффективность учебной деятельности	
Шкала 1. Учебная активность	
Учебная активность отсутствует (ребенок не включается в учебный процесс)	0
Пассивен на уроке, дает отрицательные ответы или не отвечает совсем, часто переписывает готовое с доски	1
Учебная активность на уроке носит кратковременный характер, часто отвлекается, не слышит вопроса	2
Редко поднимает руку, но отвечает правильно	3
На уроке работает, положительные и отрицательные ответы чередуются	4
Активно работает на уроке, часто поднимает руку и отвечает правильно	5
Шкала 2. Усвоение знаний (успеваемость)	
Плохое усвоение программного материала по всем предметам – грубые ошибки, большое их количество (низкая успеваемость по всем предметам, средний балл ниже 3,3)	0
Частые ошибки, неаккуратное выполнение заданий, много исправлений, зачеркиваний (непостоянство оценок, средний балл 3,5 и ниже)	1
Плохое усвоение материала по одному из основных предметов, обилие	2

ошибок (средний балл по этому предмету 3,5 и ниже)	
Редкие ошибки, связанные с пропуском букв и их заменой (средний балл 3,9–3,6)	3
Небольшие поправки, единичные ошибки (средний балл 4,5–4)	4
Правильное безошибочное выполнение школьных заданий (средний балл 5–4,6)	5
Критерий 2. Усвоение школьных норм поведения	
Шкала 3. Поведение на уроке	
Не выполняет требования учителя: большую часть урока занимается посторонними делами	0
Выполняет требования учителя частично, отвлекается на посторонние занятия, вертится или постоянно разговаривает	1
Часто наблюдается скованность в движениях, позе, напряженность в ответах	2
Издредка поворачивается, обменивается короткими репликами с товарищами	3
Выполняет требования учителя, но иногда, на короткое время, отвлекается от урока	4
Сидит спокойно, добросовестно выполняет все требования учителя	5
Шкала 4. Поведение на перемене	
Часто нарушает нормы поведения: мешает другим детям играть, нападает на них, кричит, бежит, не меняет своего поведения, когда делают замечания (не владеет собой)	0
Пассивный, движения скованные, избегает других детей	1
Не может найти себе занятие, переходит от одной группы детей к другой	2
Активность ребенка ограничивается занятиями, связанными с подготовкой к следующему уроку (готовит учебники, тетради, моет доску, убирает класс)	3
Активность выражена в малой степени – предпочитает занятия в классе с кем-нибудь из ребят, чтение книг, спокойные игры	4
Высокая игровая активность, охотно участвует в подвижных, коллективных играх	5
Критерий 3. Успешность социальных контактов	
Шкала 5. Взаимоотношения с одноклассниками	
Проявляет негативизм по отношению к детям, постоянно ссорится и обижает их (другие дети его не любят)	0
Замкнут, изолирован от других детей, предпочитает находиться один (другие дети равнодушны к нему)	1
Предпочитает находиться рядом с детьми, но не вступает с ними в контакт	2
Сфера общения ограничена: контактирует только с некоторыми ребятами	3
Малоинициативный, но легко вступает в контакт, когда к нему обращаются дети	4
Общительный, легко контактирует с детьми	5
Шкала 6. Отношение к учителю	
Общение с учителем приводит к отрицательным эмоциям, обижается, плачет при малейшем замечании	0
Избегает контакта с учителем, при общении с ним легко смущается, теряется, говорит тихо, запинаясь	1
Выполняет требования учителя формально, не заинтересован в общении с ним, старается быть незаметным	2
Старательно выполняет требования учителя, но за помощью обращается чаще к одноклассникам	3
Дорожит хорошим мнением учителя о себе, стремится выполнять все его требования, в случае необходимости сам обращается к нему за помощью	4

Проявляет дружелюбие по отношению к учителю, стремится понравиться ему, после урока часто подходит к учителю, общается с ним	5
Критерий 4. Эмоциональное благополучие	
Шкала 7. Эмоции	
Преобладание депрессивного настроения. Агрессия (вспышки гнева, злости) проявляются в отношениях с детьми (может ударить, что-то сломать, затеять драку) и в отношениях с учителем	0
Отдельные депрессивные проявления, плач без всяких на то причин. Агрессивные реакции: часто ссорится с детьми, повышает голос	1
Отрицательные эмоции: - тревожность, огорчение, иногда страх; - обидчивость, вспыльчивость, раздражительность	2
Эпизодически проявление сниженного настроения	3
Спокойное эмоциональное состояние	4
Хорошее настроение, часто улыбается, смеется	5

Обработка результатов:

Суммируются баллы выбранных утверждений и определяется уровень социально-психологической адаптации детей:

- высокий уровень адаптации – 22–35 баллов;
- средний уровень адаптации – 15–21 балл;
- низкий уровень адаптации – 0–14 баллов.

«Рукавички» (Г.А. Цукерман).

Цель методики – выявление уровня сформированности действий по согласованию усилий в процессе организации и осуществления сотрудничества.

Процедура проведения:

Детям, сидящим парами, дают каждому по одному изображению рукавички и просят украсить их одинаково, т. е. так, чтобы они составили пару. Дети могут сами придумать узор, но сначала им надо договориться между собой, какой узор они будут рисовать.

Каждая пара учеников получает изображение рукавичек в виде силуэта (на правую и левую руку) и одинаковые наборы цветных карандашей.

Критерии оценивания:

— продуктивность совместной деятельности оценивается по степени сходства узоров на рукавичках;

— умение детей прийти 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.).

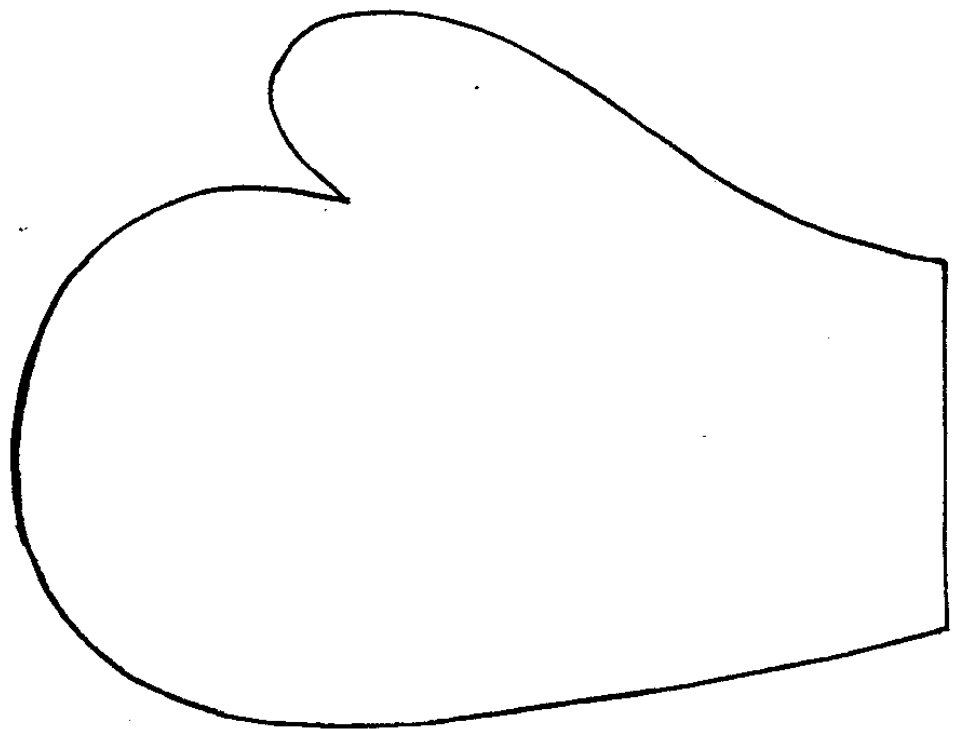
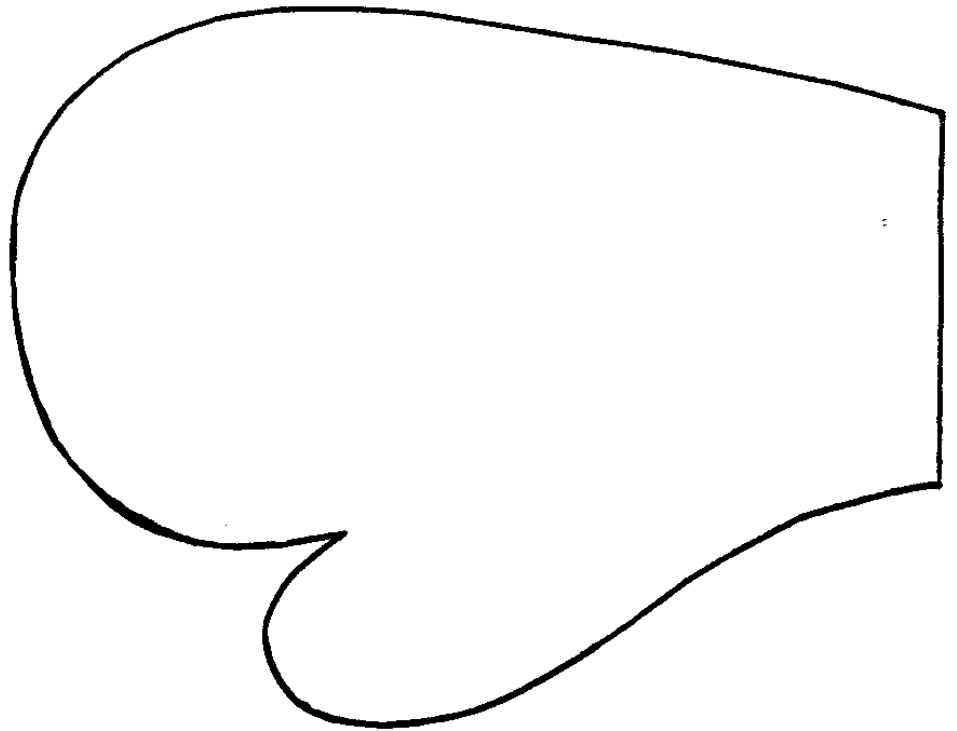
Показатели уровня выполнения задания:

Низкий уровень – в узорах явно преобладают различия или вообще нет сходства. Дети не пытаются договориться или не могут прийти к согласию, настаивают на своем.

Средний уровень – сходство частичное: отдельные признаки (цвет или

форма некоторых деталей) совпадают, но имеются и заметные отличия.

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.



«Социометрия» Дж. Морено

Социально-психологический тест, разработанный Дж. Морено, применяется для оценки межличностных эмоциональных связей в группе, т. е. взаимных симпатий между членами группы

Цель методики – измерение степени сплоченности в группе. Данная методика позволяет косвенно определить уровень сформированности социально-коммуникативных навыков учащихся.

В зависимости от задач, которые призвано решить исследование, и от возрастных особенностей изучаемых групп формируются критерии социометрического выбора. Критерий - это вид деятельности, для выполнения которой индивиду нужно выбрать или отвергнуть одного или нескольких членов группы. Он формулируется в виде определенного вопроса социометрического теста. По содержанию критерии могут быть формальными и неформальными. С помощью первых измеряются отношения по поводу совместной деятельности, ради выполнения которой создана группа. Вторые служат для измерения эмоционально-личностных взаимоотношений, не связанных с совместной деятельностью (например, выбор товарищи для досуга). После выбора и формулировки критериев составляете и опросник, содержащий инструкцию и перечень критериев.

Перед началом опроса - инструктаж тестируемой группы (социометрическая разминка). В ходе него следует объяснить группе цель исследования, подчеркнуть важность его результатов для группы, показать, как нужно выполнять задания, гарантировать сохранение тайны ответов.

Инструкция.

«Ответьте на поставленные вопросы, записав под каждым из них три фамилии членов вашего класса. Постарайтесь быть искренними в ответах. Исследователи гарантируют тайну индивидуальных ответов».

Необходимо постараться установить атмосферу доверия в отношениях с группой. Отсутствие доверия к экспериментатору, подозрения в том, что

результаты опроса могут быть использованы во вред испытуемому, приводят к отказу выполнять задание в целом либо к отказу осуществить негативный выбор. После этого приступаем непосредственно к опросу. Ему подвергаются все члены группы. Респонденты должны записать фамилии членов группы, выбранных ими по тому или иному критерию, в опросный лист и указать свою фамилию. В процессе опроса исследователь должен следить за тем, чтобы опрашиваемые не общались между собой, постоянно подчеркивать и напоминать об обязательности ответов на все вопросы. Не следует торопиться, подгонять испытуемых с ответами. В то же время, если испытуемые не имеют списка членов группы, не следует препятствовать визуальным контактам. Фамилии отсутствующих желательно написать на доске.

Интерпретация результатов.

На основании полученных результатов составляется матрица. Матрица состоит: по вертикали – из списка фамилий группы; по горизонтали – их номера, под которыми испытуемые обозначены в списке.

Напротив фамилии каждого испытуемого заносятся данные о сделанных им выборах.

Высокий уровень сформированности социально-коммуникативных навыков – 5 и более выборов.

Средний уровень сформированности социально-коммуникативных навыков – 2 - 4 выбора.

Низкий уровень сформированности социально-коммуникативных навыков – 0 - 1 выборов.

Бланк социометрического опроса

Имя, фамилия _____

Ответьте на поставленные вопросы, записав под каждым из них три фамилии членов вашего класса с учетом отсутствующих.

1. Если ваш класс будут расформировывать, с кем бы ты хотел продолжить совместно учиться в новом коллективе?

1) _____

2) _____

3) _____

2. Кого бы ты из группы пригласил на свой день рождения?

1) _____

2) _____

3) _____

3. С кем из своей группы ты пошел бы в многодневный туристический поход?

1) _____

2) _____

3) _____

«Карта наблюдений Д. Стотта»

Цель методики – диагностика трудностей адаптации ребенка в школе.

Данная методика дает возможность получить картину эмоционального состояния ребенка, не позволяющего ему адекватно приспособиться к требованиям школьной жизни. Карта состоит 16 комплексов симптомов – особенностей поведения. Они пронумерованы и имеют собственное название. Каждый симптомокомплекс включает определенный перечень симптомов (фрагментов) поведения ребенка.

Карта заполняется учителем. Зачеркиваются те цифры, которые соответствуют фрагментам поведения, характерным для данного ребенка. Центральная вертикальная черта определяет более тяжелые нарушения: справа – «неприспособленность», слева – «нарушения».

Интерпретация результатов:

Количественный анализ.

При подсчете симптом слева оценивается одним баллом, а симптом справа – двумя. Далее, подсчитывается сумма баллов по каждому синдрому и общий «коэффициент дезадаптированности» по сумме баллов по всем синдромам.

Качественный анализ.

Большое количество зачеркнутых отрезков у ребенка дает возможность сделать вывод о серьезных нарушениях в развитии его личности и поведении, а так же выделить те синдромы, которые в первую очередь определяют нарушения.

Для нашего исследования мы использовали лишь те, которые позволят определить эмоциональное состояние первоклассников в период адаптации к школе, а именно:

I – недоверие к новым людям, вещам, ситуациям. Любые достижения, любой успех стоят ребенку огромных усилий. Выражена

чрезмерная чувствительность, ранимость. От 1 до 11 – менее явные симптомы; от 12 до 17 – симптомы явного нарушения.

V – враждебность по отношению к взрослым. Проявляется в различных формах неприятия взрослых от избегания учителя, подозрительности до неконтролируемой враждебности. Симптомы 1-4 – ребенок проявляет различные формы неприятия взрослых, которые могут быть началом враждебности или депрессии. Симптомы 5-9 – относится ко взрослым то враждебно, то старается добиться их расположения. Симптомы 10-17 – открытая враждебность, проявляющаяся в асоциальном поведении. Симптомы 18-24 – полная, неуправляемая, привычная враждебность.

VII – недостаток социальной нормативности (асоциальность). Неуверенность в одобрении взрослых, которая выражается в различных нормах негативизма. Симптомы 1-5 – отсутствие старания понравиться взрослым; безразличие и отсутствие заинтересованности в хороших отношениях с ними. Симптомы 5-9 – у более старших детей могут указывать на определенную степень независимости. Симптомы 10-16 – отсутствие моральной «щепетильности» в мелочах; 16 – считает, что взрослые недружелюбны, вмешиваются, не имея на это права.

VIII – враждебность по отношению к детям (от ревнивого соперничества до открытой враждебности).

X – эмоциональное напряжение. Проявление тревожности в поведении, склонность к слезам. Симптомы 1-5 свидетельствуют об эмоциональной незрелости; 6-7 – о серьезных страхах; 8-10 – о прогулах и непунктуальности.

Коэффициент дезадаптации основной части выборки составляет от 8 до 25 баллов. Свыше 25 баллов свидетельствует о значительной серьезности нарушения механизмов личностной адаптации, эти дети стоят на грани клинических нарушений и нуждаются в специальной помощи.

Карта наблюдений для детей школьного возраста

(Карта наблюдений Д. Стотта)

Просим Вас принять участие в обследовании данного ребенка. Для этого Вам необходимо внимательно прочитать следующие утверждения. Если они характерны для данного ребенка, то в регистрационном бланке зачеркните клеточку с соответствующим номером. Если такое поведение не характерно для этого ребенка, то никаких пометок делать не надо. Для удобства Вашей работы и дальнейшей обработки результатов описания поведения разбиты на несколько блоков, поэтому в бланке ответов содержится несколько строк. Номер строки соответствует номеру в предлагаемой Вам карте наблюдения. Просьба не делать каких-либо пометок в карте наблюдения, все ответы заносите только в бланк ответов.

I. Недоверие к новым людям, вещам, ситуациям.

1. Разговаривает с учителем только тогда, когда находится с ним наедине.
2. Плачет, когда ему делают замечания.
3. Никогда не предлагает никому никакой помощи, но охотно оказывает ее, если его об этом попросят.
4. Ребенок «подчиненный» (соглашается на «невыигрышные» роли, например, во время игры бежит за мячом, в то время когда другие спокойно на это смотрят).
5. Слишком тревожен, чтобы быть непослушным.
6. Лжет из боязни.
7. Любит, если к нему проявляют симпатию, но не просит о ней.
8. Никогда не приносит учителю цветов или других подарков, хотя его товарищи часто это делают.
9. Никогда не приносит и не показывает учителю найденных им вещей, хотя его товарищи часто это делают.
10. Имеет только одного хорошего друга и, как правило, игнорирует

остальных мальчиков и девочек в классе.

11. Здоровается с учителем только тогда, когда тот обратит на него внимание. Хочет быть замеченным.

12. Не подходит к учителю по собственной инициативе.

13. Слишком застенчив, чтобы попросить о чем-то (например, о помощи).

14. Легко становится «нервным», плачет, краснеет, если ему задают вопрос.

15. Легко устраняется от активного участия в игре.

16. Говорит невыразительно, бормочет, особенно тогда, когда с ним здороваются.

V. Враждебность по отношению к взрослым.

1. Переменчив в настроениях.

2. Исключительно нетерпелив, кроме тех случаев, когда находится в "хорошем" настроении.

3. Проявляет упорство и настойчивость в ручной работе.

4. Часто бывает в плохом настроении.

5. При соответствующем настроении предлагает свою помощь или услуги.

6. Когда о чем-то просит учителя, то бывает иногда очень сердечным, иногда - равнодушным.

7. Иногда стремится, а иногда избегает здороваться с учителем.

8. В ответ на приветствие может выражать злость или подозрительность.

9. Временами дружелюбен, временами в плохом настроении.

10. Очень переменчив в поведении. Иногда кажется, что он умышленно плохо выполняет работу.

11. Портит общественную и личную собственность (в домах, садах, общественном транспорте).

12. Вульгарный язык, рассказы, стихи, рисунки.
13. Неприятен, в особенности, когда защищается от предъявляемых ему обвинений.
14. "Бормочет под нос", если чем-то недоволен.
15. Негативно относится к замечаниям.
16. Временами лжёт без какого-либо повода и без затруднений.
17. Раз или два был замечен в воровстве денег, сладостей, ценных предметов.
18. Всегда на что-то претендует и считает, что несправедливо наказан.
19. "Дикий" взгляд. Смотрит "исподлобья".
20. Очень непослушен, не соблюдает дисциплину.
21. Агрессивен (кричит, угрожает» употребляет силу).
22. Охотнее всего дружит с так называемыми "подозрительными типами".
23. Часто ворует деньги, сладости, ценные предметы.
24. Ведёт себя непристойно.

VII. Недостаток социальной нормативности (асоциальность).

1. Не заинтересован в учебе.
2. Работает в школе только тогда, когда над ним «стоят» или когда его заставляют работать.
3. Работает вне школы только тогда, когда его контролируют или заставляют работать.
4. Не застенчив, но проявляет безразличие при ответе на вопросы учителя.
5. Не застенчив, но никогда не просит о помощи.
6. Никогда добровольно не берётся ни за какую работу.
7. Не заинтересован в одобрении или в неодобрении взрослых.
8. Сводит к минимуму контакты с учителем, но нормально общается

с другими людьми

9. Избегает учителя, но разговаривает с другими людьми.
10. Списывает домашние задания.
11. Берет чужие книги без разрешения.
12. Эгоистичен, любит интриги, портит другим детям игры.
13. В играх с другими детьми проявляет хитрость и непорядочность.
14. "Нечестный игрок" (играет только для личной выгоды, обманывает в играх).
15. Не может смотреть прямо в глаза другому.
16. Скрытен и недоверчив.

VIII. Враждебность по отношению к другим детям.

1. Мешает другим детям в играх, подсмеивается над ними, любит их путать.
2. Временами очень недоброжелателен по отношению к тем детям, которые не принадлежат к тесному кругу его общения.
3. Надоедает другим детям, пристаёт к ним.
4. Ссорится, обижает других детей.
5. Пытается своими замечаниями создать определенные трудности у других детей.
6. Прячет или уничтожает предметы, принадлежащие другим детям.
7. Находится по преимуществу в плохих отношениях с другими детьми.
8. Пристает к более слабым детям.
9. Другие дети его не любят или даже не терпят.
10. Дерётся несоответствующим образом (кусается, царапается и пр.)

X. Эмоциональное напряжение.

1. Играет игрушками, слишком детскими для его возраста.
2. Любит игры, но быстро теряет интерес к ним.

3. Слишком инфантилен в речи.
4. Слишком незрел, чтобы прислушиваться и следовать указаниям.
5. Играет исключительно (преимущественно) с более младшими детьми.
6. Слишком тревожен, чтобы решиться на что-либо.
7. Другие дети пристают к нему (он является "козлом отпущения").
8. Его часто подозревают в том, что он прогуливает уроки, хотя на самом деле он пытался это сделать раз или два.
9. Часто опаздывает.
10. Уходит с отдельных уроков.
11. Неорганизован, разболтан, несобран.
12. Ведёт себя в группе (классе) как посторонний, отверженный.

Карта наблюдений Д.Стотта

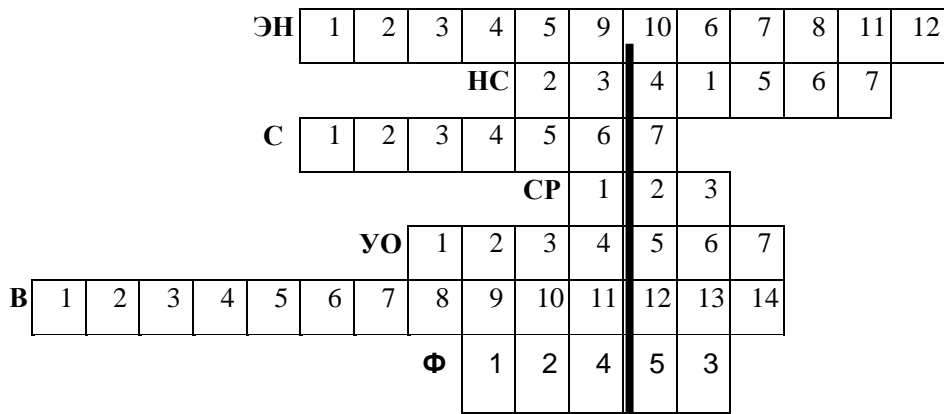
Имя, фамилия _____

Возраст _____

Дата _____

Класс _____

НД	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16										
		Д	1	2	3	4	5	6	7	9	10	8	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20				
			У	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13										
ТВ	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16										
		ВВ	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
			ТД	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	11	12	13	14	15								
А	1	2	3	4	5	6	8	9	10	11	7	12	13	14	15	16										
Н	1	3	4	5	6	7	8	9	10	11	2															
					ВД	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10											



ПРИЛОЖЕНИЕ Д

Таблица 2

Результаты методики «Экспертная оценка адаптированности ребёнка к школе» (В.И. Чирков, О.Л. Соколова, О.В. Сорокина)

№ п/п	Имена учащихся	Учебная активность	Освоение знаний	Поведение на уроке	Поведение на перемене	Отношение с одноклассниками	Отношение к учителю	Эмоциональное благополучие	Итоговый балл	Уровень адаптации
1	Андрей В.	3	3	3	1	2	3	3	18	Средний
2	Соня М.	4	4	3	4	3	4	4	26	Высокий
3	Костя З.	5	4	4	4	4	5	5	31	Высокий
4	Варя Л.	2	2	1	5	4	2	4	20	Средний
5	Аня К.	3	4	3	3	3	3	2	21	Средний
6	Яна Б.	3	3	4	5	5	5	5	30	Высокий
7	Ева М.	4	4	5	5	5	5	5	33	Высокий
8	Илья Р.	4	4	3	4	4	3	3	25	Высокий
9	Вика Б.	3	3	2	3	4	2	4	21	Средний
10	Максим Н.	1	1	1	2	2	2	1	10	Низкий
11	Борис Н.	4	3	4	4	5	5	5	30	Высокий
12	Коля Т.	2	1	1	1	2	2	3	12	Низкий
13	Вова К.	3	4	4	4	5	5	4	29	Высокий
14	Руслан С.	1	1	1	5	5	2	5	20	Средний
15	Соня Н.	4	4	5	4	4	5	4	30	Высокий
16	Лера Ю.	3	4	4	5	5	4	4	29	Высокий

17	Катя Л.	1	2	1	2	3	3	2	14	Низкий
18	Арина Г.	3	3	3	2	3	4	3	21	Средний
19	Алина С.	3	3	5	3	4	5	4	27	Высокий
20	Влад П.	4	4	3	4	4	4	5	28	Высокий
21	Данил А.	2	3	1	0	0	2	0	8	Низкий
22	Стас З.	3	3	3	5	5	4	4	27	Высокий

Таблица 3

Результаты исследования методики «Рукавички» (Г.А. Цукерман).

Пары	Уровень сформированности действий
1	Высокий уровень
2	Средний уровень
3	Низкий уровень
4	Средний уровень
5	Средний уровень
6	Высокий уровень
7	Высокий уровень
8	Средний уровень
9	Низкий уровень
10	Высокий уровень
11	Средний уровень

ПРИЛОЖЕНИЕ Ж

Таблица 4

Матрица социометрических положительных выборов

№	Имена учащихся	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	Уровень
1	Андрей В.	X							3		1										2			С
2	Соня М.		X												1						3		2	С
3	Костя З.			X							3	2	1											С
4	Варя Л.				X	2									1							3		С
5	Аня К.		3			X	2			1														С
6	Яна Б.		3				X	2													1			В
7	Ева М.						2	X								1		3						С
8	Илья Р.	1		2					X				3											С
9	Вика Б.					2	3			X									1					С
10	Максим Н.										X	3	1									2		Н
11	Борис Н.			1					2		X		3											С
12	Коля Т.								2			X					3					1		Н
13	Вова К.										2		X								1	3		С
14	Руслан С.	2									1			X							3			В
15	Соня Н.						1	3							X			2						С
16	Лера Ю.				3				2						1	X								Н
17	Катя Л.					1			3								X	2						С
18	Арина Г.		1						3									X	2					С
19	Алина С.				2		1										3		X					С
20	Влад П.	1											2	3								X		С
21	Данил А.	1								3				2									X	С
22	Стас З.								1				3									2	X	С
Кол-во выборов (М)		4	3	2	2	3	5	3	4	3	1	4	1	4	5	3	1	2	4	3	4	2	3	

Таблица 5

Результаты методики «Карта наблюдений Д.Стотта»

№ п\п	Имена учащихся	Синдромы										Уро- вень
		I	Ур- нь	V	Ур- нь	VII	Ур- нь	VIII	Ур- нь	X	Ур- нь	
1	Андрей В.	8	С	1	С	5	С	0	В	4	С	С
2	Соня М.	3	С	1	С	2	С	7	Н	1	С	С
3	Костя З.	1	С	0	В	0	В	0	В	0	В	В
4	Варя Л.	3	С	6	С	9	С	2	С	3	С	С
5	Аня К.	6	С	5	С	2	С	1	С	2	С	С
6	Яна Б.	0	В	0	В	0	В	0	В	0	В	В
7	Ева М.	0	В	0	В	0	В	0	В	0	В	В
8	Илья Р.	6	С	3	С	1	С	0	В	0	В	С
9	Вика Б.	11	С	4	С	5	С	1	С	2	С	С
10	Максим Н.	6	С	13	Н	10	Н	8	Н	5	С	Н
11	Борис Н.	2	С	2	С	0	В	0	В	0	В	В
12	Коля Т.	9	С	7	С	7	С	3	С	5	С	С
13	Вова К.	1	С	3	С	1	С	0	В	0	В	С
14	Руслан С.	11	С	4	С	0	В	3	С	2	С	С
15	Соня Н.	3	С	2	С	0	В	1	С	1	С	С
16	Лера Ю.	2	С	0	В	5	С	0	В	2	С	С
17	Катя Л.	10	С	9	С	9	С	3	С	5	С	С
18	Арина Г.	3	С	5	С	7	С	2	С	3	С	С
19	Алина С.	2	С	0	В	3	С	0	В	0	В	В
20	Влад П.	1	С	2	С	2	С	0	В	0	В	С
21	Данил А.	12	Н	10	Н	8	С	8	Н	6	Н	Н
22	Стас З.	3	С	0	В	2	С	2	С	0	В	С

ПРИЛОЖЕНИЕ И

Таблица 6

Сводная таблица по результатам диагностики

№ п/п	Имена учащихся	Методика 1	Методика 2	Методика 3	Методика 4	Среднее значение
1	Андрей В.	Средний	Высокий	Средний	Средний	Средний
2	Соня М.	Высокий	Высокий	Средний	Средний	Средний
3	Костя З.	Высокий	Высокий	Средний	Высокий	Высокий
4	Варя Л.	Средний	Средний	Средний	Средний	Средний
5	Аня К.	Средний	Средний	Средний	Средний	Средний
6	Яна Б.	Высокий	Высокий	Высокий	Высокий	Высокий
7	Ева М.	Высокий	Высокий	Средний	Высокий	Высокий
8	Илья Р.	Высокий	Средний	Средний	Средний	Средний
9	Вика Б.	Средний	Высокий	Средний	Средний	Средний
10	Максим Н.	Низкий	Низкий	Низкий	Низкий	Низкий
11	Борис Н.	Высокий	Высокий	Средний	Высокий	Высокий
12	Коля Т.	Низкий	Низкий	Низкий	Средний	Низкий
13	Вова К.	Высокий	Средний	Средний	Средний	Средний
14	Руслан С.	Средний	Средний	Высокий	Средний	Средний
15	Соня Н.	Высокий	Средний	Средний	Средний	Средний
16	Лера Ю.	Высокий	Средний	Низкий	Средний	Средний
17	Катя Л.	Низкий	Низкий	Средний	Средний	Низкий
18	Арина Г.	Средний	Средний	Средний	Средний	Средний
19	Алина С.	Высокий	Высокий	Средний	Высокий	Высокий
20	Влад П.	Высокий	Средний	Средний	Средний	Средний
21	Данил А.	Низкий	Низкий	Средний	Низкий	Низкий
22	Стас З.	Высокий	Средний	Средний	Средний	Средний

Итоговый результат:

Высокий уровень – 22,7% учащихся.

Средний уровень – 59,1% учащихся.

Низкий уровень – 18,1% учащихся.

Памятка для родителей первоклассника.

«Адаптация ребенка к школе»

<p>Адаптация – это приспособление ребенка к школе, к новым условиям, новым навыкам взаимодействия. Процесс этот длительный и сложный.</p> <p>Процесс адаптации к школе продолжается в течение всего первого года обучения, но в первые 6-9 недель учебы закладываются основы успешного обучения в школе.</p> <p>Адаптируются дети по-разному, практически все дети испытывают трудности в адаптации. Часто ребенку необходима помощь учителя, психолога.</p> <p>На успешность адаптации детей влияют многие факторы (возраст ребенка, уровень готовности, физическое состояние ребенка и мн. др.).</p> <p><i>Важнейшим фактором успешности адаптации первоклассника является поддержка.</i></p> <p><i>Чем больше взрослых окажут посильную помощь ребенку, тем успешнее он адаптируется к новым условиям.</i></p>	<p>Признаки успешной адаптации:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ребенку нравится в школе, он не испытывает неуверенности, страхов, охотно идет в школу, не высказывает нежелания посещать школу, у него появились новые школьные друзья; - ребенок успешно осваивает школьную программу; - ребенок принимает статус школьника, на уроках проявляет достаточную степень самостоятельности ребенка при выполнении учебных заданий (пользуется помощью учителя после самостоятельных попыток решения поставленных учебных задач); - ребенок успешно выстраивает взаимоотношения с одноклассниками и учителем, у него появились школьные друзья, он может обратиться к учителю за помощью; - отсутствуют неблагоприятные изменения в физическом, психологическом состоянии здоровья ребенка. 	<p>Для успешной адаптации ребенка необходимо участие родителей в его школьной жизни.</p> <ul style="list-style-type: none"> - В отношениях с ребенком поддерживайте позитивные отношения, чаще хвалите ребенка, подчеркивайте успехи, не «застревайте» на неудачах. - Организуйте ребенку четкий распорядок дня, желательно уже до школы познакомиться с распорядком дня школы и приблизить домашний распорядок дня к нему. - Следите за нагрузкой ребенка, не допускайте переутомлений. - Помогите первокласснику организовать рабочее место. - Всегда проявляйте интерес к школьной жизни ребенка, вместе переживайте с ним успехи и помогайте при неудачах. - Помогите ребенку в выполнении развивающих заданий (при этом определите границы помощи и постепенно уменьшайте ее).
--	---	--

Важные правила

- Любите ребенка таким какой он есть, а не его достижения. Гордитесь им, оценивайте его поступки, а не самого ребенка. Никогда не сравнивайте ребенка и его достижения с другими детьми.
- Старайтесь терпеливо отвечать на вопросы ребенка.
- Старайтесь каждый день найти время поговорить с ребенком о его школьных делах.
- Не «давите» на ребенка, не добивайтесь успеха любой ценой (насилие, принуждение), это разрушит личность ребенка.
- Помните – каждому ребенку важно иметь копилку счастливых воспоминаний, старайтесь сделать вхождение ребенка в школьную жизнь приятным и интересным.
- Поддерживайте самооценку ребенка, помните ребенок относится к себе так, как относятся к нему взрослые.
- Хотя бы иногда ставьте себя на место своего ребенка – Вам будет понятно, что справедливо и не справедливо по отношению к ребенку с его позиции.

Памятка для родителей первоклассника

«Кризис 7 лет»

Что такое кризис 7 лет?	Признаки кризиса:	Что делать:
<p>Кризис семи лет – это возраст, когда ребенок переходит от дошкольной к школьной жизни. Ребенку предстоит пережить эмоциональные трудности, дабы влиться в новое окружение и стать ее полноправным членом. Преодолев эту стадию взросления, он будет готов учиться в школе.</p>	<ul style="list-style-type: none">- утрата непосредственности (поведение ребенка становится не таким понятным, он начинает играть роли, т.е. внутри он уже не такой как снаружи);- манерничанье (ребенок что-то из себя строит, появляется искусственность в поведении, паясничание);- ребенок понимает, что он чувствует (не просто злится, а знает, что злится);- у ребенка возникает самооценка, требования к самому себе;- поведение ребенка меняется внезапно (без видимых причин);- возникновение паузы между обращением к ребенку и его ответной реакцией («как будто не слышит»);- ребенок пытается оспорить родительскую просьбу и/или отсрочить ее выполнение;- ребенок отказывается от выполнения обычных дел и обязанностей;- ребенок хитрит, чтобы нарушить правила (например: показывает мокрые руки вместо вымытых);- копирует взрослое поведение;- не хочет выглядеть «как маленький»;- обостряется реакция на критику, ребенок хочет похвалы;- в общение с взрослым вносятся отвлеченные темы (о погоде, спорте, природе и т.д.).	<ul style="list-style-type: none">- помните, что кризис – временное явление (как правило, до 6 месяцев);- тон приказа и назидания с детьми этого возраста не работает. С ними нужно обсуждение того что и почему они должны, нужно совместно анализировать последствия их действий;- выполняйте обещания. Он все их помнит и при случае напомнит;- найдите, где можно увеличить свободу и самостоятельность ребенка и увеличьте их;- будьте последовательны в правилах (те запреты, которые вы решили оставить, должны оставаться запретами всегда);- предоставляйте ребенку возможность братья за новые обязанности, и обязательно выражайте уверенность, что он с этим справится;- уважайте мнение ребенка.

Занятия по программе психолого-педагогического сопровождения первоклассников в период адаптации к школе.

Занятие 1. «Что такое школа»

Цель: создать атмосферу сотрудничества и взаимопонимания. Ознакомиться с правилами взаимодействия на занятиях. Сформировать позицию школьника.

Ритуал приветствия.

Дети стоят в кругу и поочередно пожимают друг другу руки в знак приветствия по часовой стрелке.

Основная часть.

Упражнение «Урок или перемена»

Цель: сформировать позицию школьника; познакомить детей с правилами поведения на перемене и уроке.

Оборудование: мяч

Дети сидят в кругу на стульях. Учитель внутри круга.

- вы уже все хорошо знаете, что в школе бывают уроки и перемены. Сейчас я буду кидать мяч одному из вас и называть некоторые действия. Вы будете отвечать, когда это происходит – на уроке или на перемене.

Читать, писать, рисовать, общаться с одноклассниками, решать задачи, кушать, готовиться к уроку, отвечать на вопросы учителя и т.д..

Упражнение «Школьные правила»

Цель: помочь первоклассникам осознать новые требования и сформировать потребность в их исполнении.

Оборудование: набор правил поведения в школе «Школьные знаки».

Ребята, а вы обращали внимание на дорожные знаки? Для чего они нужны?

Дорожные знаки помогают нам, они подсказывают правила поведения на дороге. Если не обращать на них внимания – можно попасть в неприятную или даже опасную ситуацию. У нас в классе тоже есть свои знаки и правила, давайте их сейчас с вами вспомним.

№1. На уроке нельзя разговаривать друг с другом, иначе можно все прослушать и ничего не узнать, поэтому в вашем классе висит такой знак.

№2. Мы уже знаем с вами, что когда все кричат с места, ответов не слышно, поэтому о том, что нельзя кричать с места, даже если знаешь ответ, нам будет напоминать вот такой знак.

№3. А можно ли подсказывать другим ответ, когда учитель спрашивает не вас? О том, что в нашем классе нет места подсказкам, нам напомнит вот этот знак.

№4. А что делать, если хочешь о чем-то спросить или ответить на вопрос?

Конечно, для этого надо поднять руку и ждать, пока учитель попросит сказать. Вот знак, который говорит об этом правиле.

№5. Как вы думаете, о чем нам говорит вот этот знак?

Чтобы у нас все хорошо получалось и весело училось, мы должны быть всегда дружны и нет места спорам в классе.

Заключительная часть.

Упражнение «Найди цвет»

Цель: развитие чувства сплоченности и снятие психо-эмоционального напряжения.

Дети стоят в кругу. Ведущий находится посередине круга и называет любой цвет, присутствующий в одежде участников. Играющие должны быстро среагировать и дотронуться до одежды (своей или других участников игры) того цвета, который был назван. Ведущий должен успеть поймать кого-нибудь, кто не успел дотронуться. Тот и становится водящим.

Ритуал прощания.

Каждый участник благодарит другого за участие. Прощаются до следующего дня.

Занятие 2. «Школьный этикет»

Цель: усвоить нормы общения с детьми и взрослыми, научиться эффективно взаимодействовать друг с другом, сформировать позицию школьника.

Ритуал приветствия.

Дети стоят в кругу и поочередно пожимают друг другу руки в знак приветствия по часовой стрелке.

Основная часть.

Упражнение «Поступки»

Цель: помощь в осознании новых требований и в их исполнении.

Оборудование: зеленые и красные карточки.

Дети сидят полукругом. Учитель называет какие-либо действия, а ученики показывают свое отношение к ним при помощи карточек. Зеленая карточка – позитивное отношение, красная – негативное.

Учить уроки, обижать малышей, помогать друзьям, мешать кому-либо, говорить правду обзываться, слушать учителя, на уроке драться, быть вежливым, не слушать говорящего, уважать родителей, быть обидчивым и т.д.

Упражнение «Хорошо-плохо»

Цель: осознание норм и правил поведения в школе.

Детям предлагается сочинить рассказ по схеме: Кто? – Что сделал? – Где? – Зачем? – Как?

Заключительная часть.

Упражнение «Атомы»

Цель: снятие эмоционального напряжения, сплочение группы.

Дети свободно передвигаются по классу. Через некоторое время ведущий говорит: «Каждый из вас атом, но вам скучно бродить по одному, поэтому атомы решили объединиться по 2, затем по 3 и т.д.»

Ритуал прощания.

Каждый участник благодарит другого за участие. Прощаются до следующего дня.

Занятие 3. «Учимся договариваться»

Цель: сформировать способности к разрешению конфликтов, развить эмпатию, научить эффективно взаимодействовать друг с другом.

Ритуал приветствия.

Дети стоят в кругу и поочередно пожимают друг другу руки в знак приветствия по часовой стрелке.

Основная часть.

Упражнение «Снежинки»

Цель: выяснить пути появления конфликтных ситуаций.

Оборудование: лист бумаги.

Главное условие этого упражнения – работа молча и самостоятельно. Возьмите листок бумаги. Сложите его пополам. Оторвите правый верхний угол. Сложите ещё раз пополам. Ещё раз верхний оторвите правый угол. Ещё раз сложите пополам. И ещё раз оторвите правый верхний угол. Теперь можно развернуть листок и показать получившуюся снежинку одноклассникам.

Посмотрите, есть ли одинаковые снежинки? Сколько их?

Почему? Ведь говорили всем одинаковую инструкцию?

Каждый человек понимает информацию по-своему. Поэтому то и появляются конфликты, ссоры. Вопрос заключается в том, как разрешать конфликты.

Упражнение «Мостик»

Цель: проигрывание модели конфликтной ситуации.

Группа разбивается на 2 команды и становится на противоположных сторонах мостика.

Вы идете навстречу друг другу по очень узкому мостику около 3-х метров, перекинутому над водой. В центре мостика вы встретились, и вам надо разойтись. Мостик — это линия. Кто поставит ногу за ее пределы — упадет в воду. Постарайтесь разойтись на мостике так, чтобы не упасть.

Пары участников подбираются случайным образом. При большом количестве участников может одновременно функционировать 2—3 «мостика».

Упражнение проходит более эмоционально, если используется не просто полоска на ровном полу, а небольшое возвышение (например, для этой цели хорошо подходит перевернутая гимнастическая скамейка). Если же такой возможности нет, следует выбрать или провести на полу прямую полоску длиной не менее 3 метров, находящуюся на расстоянии не менее 1 м от ближайшей стены и предметов мебели.

Какие чувства участники испытывали при выполнении данного упражнения? Что помогало, а что мешало успешно выполнить его? Чем упавшие «в воду» пары отличались от успешно преодолевших трудную ситуацию?

Следует подвести участников к пониманию того, что в выигрыше, оказывались не те, кто стремились пройти сами, а те, кто прежде всего стремились помочь партнеру.

Заключительная часть.

Упражнение «Воздушный шарик»

Цель: умение самостоятельно снимать эмоциональное напряжение.

Участники принимают удобную позу, закрывают глаза, дышат глубоко и ровно.

Сейчас мы будем учиться расслабляться с помощью дыхания. Представьте себе, что в животе у вас воздушный шарик. Вы вдыхаете медленно, глубоко-глубоко, и чувствуете, как он надувается... Вот он стал

большим и легким. Когда вы почувствуете, что не можете больше его надуть, задержите дыхание, не спеша сосчитайте про себя до пяти, после чего медленно и спокойно выдыхайте. Шарик сдувается... А потом-надувается вновь... Сделайте так пять-шесть раз, потом медленно откройте глаза и спокойно посидите одну-две минуты.

Участников просят поделиться ощущениями, возникшими в процессе выполнения упражнения, и самонаблюдениями, как по его ходу менялось их состояние.

Ритуал прощания.

Каждый участник благодарит другого за участие. Прощаются до следующего дня.

Занятие 4. «Пойми меня»

Цель: развитие навыков эффективного взаимодействия.

Ритуал приветствия.

Дети стоят в кругу и поочередно пожимают друг другу руки в знак приветствия по часовой стрелке.

Основная часть.

Упражнение «Ракета»

Цель: снятие напряжения и возможность почувствовать свою значимость.

Давайте попробуем запустить в космос ракету с космонавтом. Какой человек может быть космонавтом? Конечно, смелый, умный, сильный человек. Но мы здесь все такие, поэтому выберем космонавта с помощью считалки. Итак, космонавт занимает место в корабле — на стуле, а мы будем мотором этого корабля, сядем на корточки вокруг стула и начнем ракету запускать». Дети сначала шепчут «У-у-у», потом постепенно приподнимаются, усиливая голос, затем с громким криком «ух» подпрыгивают и поднимают руки вверх. Ведущий может попросить детей

повторить запуск, если им не удалось достаточно резко прыгнуть и достаточно громко крикнуть.

Упражнение «Слепой и поводырь»

Цель: развитие умения доверять друг другу, сплочение коллектива.

По извилистой тропе (выложена из верёвок) могут пройти лишь два человека. Одному ребёнку завязывают глаза, второй ведёт его, держа за руку по тропе. Меняясь парами, по тропе проходят все дети.

Упражнение «Скала»

Цель: сплочение коллектива, развитие навыков взаимодействия.

Дети стоят в шеренге, на полу верёвка на расстоянии 20 см от них. Ребёнок-скалолаз должен пройти вдоль шеренги, держась за детей, не выходя за пределы верёвки-тропы, дети поддерживают и подбадривают «скалолаза».

Упражнение «Волшебный круг»

Цель: создание доброжелательной атмосферы, развитие эмпатии, сплочение классного коллектива.

Сейчас мы образуем круг. Внутри круга – пространство, волшебное и загадочное. Попадая туда, человек становится самым замечательным, славным, чудесным, милым. Он заслуживает комплиментов. Водящий говорит ему, глядя в глаза, от души искренние, добрые, ласковые слова о нём самом, признаёт у него только достоинства и успехи. Помогают ему в этом «волшебные очки», которые он получает от стоящего внутри круга, который смотрит ему в глаза и произносит: «Наяву, а не во сне, что прекрасного во мне?» Тот, кому предназначен комплимент, благодарит водящего за него и передаёт «волшебные очки» другому, который становится водящим. Он после прослушивания 3-4 комплиментов, называет лучший из них, а его автор становится внутрь круга.

Заключительная часть.

Упражнение «Зеркало»

Цель: развить навыков эмпатии.

Дети делятся на пары, встают лицом друг к другу и смотрят друг другу в глаза. Один начинает выполнять какое-либо движение - другой повторяет его (в зеркальном отражении). Ведущий предлагает в жестах и мимике передавать разные эмоциональные состояния (грусть, радость, страх, боль, отвращение и т.д.)

Ритуал прощания.

Каждый участник благодарит другого за участие. Прощаются до следующего дня.

Занятие 5. «Уважение к себе. Уважение к другим»

Цель: формирование уважительного отношения друг к другу.

Ритуал приветствия.

Дети стоят в кругу и поочередно пожимают друг другу руки в знак приветствия по часовой стрелке и говорят «ты самый лучший на свете, потому что...»

Основная часть.

Упражнение «Чем мы похожи»

Цель: развитие внимания к личности одноклассника.

Начинает игру взрослый. Он приглашает в круг одного из ребят по сходству с собой. Например: «Маша, выйди, пожалуйста, ко мне, потому что у нас туфли одинакового цвета». Маша выходит в круг и приглашает выйти кого-либо из участников таким же образом.

Игра продолжается до тех пор, пока все члены группы не окажутся в кругу. Игра может повторяться несколько раз. После игры ведущий говорит о том, что все люди разные, но у всех людей есть что-то одинаковое (перечисляет, какие одинаковые черты внешнего вида, элементы одежды были названы).

Упражнение «Угадай-ка»

По сводным таблицам педагог готовит описания нескольких учеников (не более 5-7). Заранее пишет их имена на карточках и кладет их в конверт.

Держа конверт в руках, он описывает ребенка и предлагает детям угадать, о ком идет речь. После некоторых ответов он открывает конверт и называет имя. Победитель награждается

Заключительная часть.

Упражнение «Волшебные слова»

Цель: развитие коммуникативных навыков и умений.

Доброта, милосердие, радость и переживание за других создают основу человеческого счастья. Человек, который делает добро другим, чувствует себя счастливым. Быть вежливым к окружающим – это тоже доброта.

- От кого вы часто слышите добрые слова?

- Много добрых слов в приветствиях, пожеланиях, с которыми мы часто встречаемся в жизни. И есть приветствия, пожелания, слова в которые входит само слово "добро".

ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ! ДОБРОЕ УТРО!

В ДОБРЫЙ ЧАС! ДОБРЫЙ ДЕНЬ!

В ДОБРЫЙ ПУТЬ! ДОБРЫЙ ВЕЧЕР!

Вспомните, а часто ли вы употребляете добрые слова? Эти слова еще называют "волшебными словами". Почему?

Ритуал прощания.

Каждый участник благодарит другого за участие. Прощаются до следующего дня.

Занятие 6. Все люди разные

Цель: научиться осознавать собственные эмоции и понимать состояния других.

Ритуал приветствия.

Дети стоят в кругу и поочередно пожимают друг другу руки в знак приветствия по часовой стрелке.

Основная часть.

Цель: развитие умения согласовывать действия с партнером.

Оборудование: ватман, цветная бумага, карандаши, каски.

Детям сообщается, что сегодня мы будем создавать все вместе планету эмоций. На нашей планете должны располагаться: Море Радости, Лес Страх, Горы Печали и Грусти, Остров Удивления, Вулкан Злости.

Далее дети работают в парах над оформлением макетов географических объектов. Затем все географические объекты объединяются в единую планету Эмоций.

Заключительная часть

Детям сообщается, что жители этой планеты подготовили им несколько заданий, справившись с которыми дети получают сертификат «Знатока мира эмоций».

Этюды на выражение основных эмоций.

1. Круглые глаза (удивление).

Однажды первоклассник Артур подсмотрел в подъезде удивительную сценку и написал об этом рассказ: «Я шел из школы. Я зашел в подъезд и увидел, что бегают тряпка. Я поднял тряпку и увидел, что там котенок».

Ведущий предлагает детям показать, какие круглые глаза были у мальчика, когда он увидел живую тряпку.

2. Теплые капельки (радость, удовольствие).

Идет теплый дождь. Пляшут пузырьки в лужах. Из-за тучки выглянуло солнце.

3. Цветок (радость).

Теплый луч упал на землю и согрел в земле семечко. Из семечка проклюнулся росток. Из ростка вырос прекрасный цветок. Нежится цветок на солнце, подставляет теплу и свету каждый свой лепесток, поворачивая свою головку вслед за солнцем.

4. Золушка (печаль и грусть).

В зале звучит музыка М. Воловаца «Золушка и принц»

Девочка изображает Золушку, которая приходит домой после бала очень печальной: она потеряла туфельку...

5. Лисенок боится (страх).

Лисенок увидел на другом берегу ручья свою маму, но он не решается войти в воду. Вода такая холодная, да и глубоко.

Всем детям вручаются сертификаты.

Ритуал прощания.

Каждый участник благодарит другого за участие. Прощаются до следующего дня.

Занятие 7. Как меня видят другие?

Цель: формирование представлений о себе.

Ритуал приветствия.

Дети стоят в кругу и поочередно пожимают друг другу руки в знак приветствия по часовой стрелке.

Основная часть.

Упражнение «Чем мы похожи?»

Цель: актуализация представлений о своих чертах. Сплочение коллектива.

Ведущий находится внутри круга и приглашает в круг кого-то из детей, основываясь на сходстве по внешнему признаку. Например: "Соня, выходи ко мне в круг, так как у нас с тобой одинаковая длина волос (или мы одного роста, или у нас одинаковый цвет глаз т. д.)". Соня таким же образом приглашает в круг кого-то еще из одноклассников. Игра продолжается, пока все участники не окажутся вместе в кругу.

Мы все с вами чем-то похожи, но все же мы разные. В каждом из нас есть что-то особенное. Все ли свои качества вы видите в себе? Случалось ли вам, слышать о себе то, о чем вы даже не догадывались? Сейчас мы посмотрим, как мы видим друг друга со стороны.

Упражнение «Ассоциации»

Ведущий говорит какому-либо ребенку, чтобы он выбрал одноклассника, который ассоциируется у него с каким-нибудь сказочным

персонажем или героем из мультика, и бросил ему мяч. Когда ребенок кидает мяч, он должен назвать персонажа, который напоминает ему данный участник. Следующий участник бросает мяч другому ребенку.

Заключительная часть.

Упражнение «Комплимент»

Цель: развитие способности видеть положительные черты других людей.

Ребята посмотрите друг на друга. Подумайте, какие хорошие качества есть у ваших одноклассников, кто умеет делать что-то очень хорошо, кто совершил хороший поступок, а вы это заметили. Давайте расскажем друг другу, что же мы увидели. Когда вы отмечаете, что-то хорошее в человеке и говорите ему об этом, вы говорите комплимент. У меня есть специальный мяч – мяч комплиментов. Мы будем кидать его друг другу и говорить, комплименты. Необходимо назвать своего товарища по имени и сказать, что хорошего вы в нем увидели. Я начну, Саша, ты очень веселый

Ритуал прощания.

Каждый участник благодарит другого за участие. Прощаются до следующего дня.

Занятие 8. Учушь владеть собой

Цель: повысить у детей уверенность в себе и способствовать преодолению замкнутости.

Ритуал приветствия.

Дети стоят в кругу и поочередно пожимают друг другу руки в знак приветствия по часовой стрелке.

Основная часть.

Упражнение «Я лев!»

Цель: повышение уверенности в себе.

Закройте глаза представьте, что каждый из вас превратился во льва. Лев – царь зверей. Сильный, могучий, уверенный в себе, спокойный,

красивый, мудрый. Откройте глаза и представьтесь от имени льва: «Я – лев Саша», пройдите по кругу гордой, уверенной походкой

Упражнение «Прорвись в круг»

Цель: помочь поверить в себя, преодолеть робость, войти в коллектив сверстников.

Ребенка, испытывающего наибольшие сложности в общении с детьми, отводят в сторону. Остальные дети встают в круг, крепко взявшись за руки. Ребенок должен разбежаться, прорвать круг и проникнуть в него.

Заключительная часть.

Упражнение «Я – самый».

Цель: развитие позитивной «Я - концепции», уверенности в собственных силах.

Я – смелый. Ребенок с завязанными глазами стоит на подушке. Спрыгнув с подушки, говорит «Я- смелый». Упражнение дети делают по очереди.

Я – ловкий. Ребенок обегает кегли, пролезает под стулом, берет в руки надувной мяч, подбрасывает вверх и говорит:

Я – умный. Ребенок стоит на одной ноге, правая рука на животе, левой гладит себя по затылку, повторяет «Я – умный». Упражнение повторить 3 раза.

Я – сильный. Ребенок стоит на одной ноге, держит два мяча под мышками, прижимая к себе. Ребенок повторяет три раза «Я – сильный», по сигналу «Брось!» - бросает мячи.

Я – добрый. Дети стоят по кругу, бросают друг другу мяч, кидая и ловя его, говорят: «Я – добрый»

Ритуал прощания.

Дети берут по 1-2 камешка и дарят их тем, кому захотят со словами: «Я дарю тебе камешки, потому что ты самый...» и благодарят одноклассника за участие.