



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

**Психолого-педагогическое сопровождение адаптации
первоклассников к условиям образовательной организации**

Выпускная квалификационная работа по направлению

44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность программы бакалавриата

«Психологическое консультирование»

Форма обучения очная

Проверка на объем заимствований:

61,05 % авторского текста

Работа рекомендована к защите

рекомендована/не рекомендована

«10» июня 2026 г.

зав. кафедрой ТиПП

Батенова Ю.В. Батенова Ю.В.

Выполнила:

Студентка группы ОФ-422-227-4-1

Понаморёва Арина Юрьевна

Научный руководитель:

к.псх.н., доцент, доцент кафедры ТиПП

Гольева Галина Юрьевна

Челябинск

2026

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	4
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К УСЛОВИЯМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ	8
1.1 Проблема адаптации первоклассников к условиям образовательной организации в научных исследованиях	8
1.2 Особенности адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.....	16
1.3 Теоретическое обоснование модели психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации	23
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К УСЛОВИЯМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ	31
2.1 Этапы, методы и методики исследования	31
2.2 Характеристика выборки и анализ результатов исследования	38
ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К УСЛОВИЯМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ	46
3.1 Программа психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников.....	46
3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования	58
3.3 Рекомендации педагогам и родителям по сопровождению адаптации первоклассников к условиям образовательной организации	67
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	75

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	78
ПРИЛОЖЕНИЕ 1 Методики диагностики адаптации первоклассников	87
ПРИЛОЖЕНИЕ 2 Результаты опытно-экспериментального исследования адаптации первоклассников к условиям образовательной организации	93
ПРИЛОЖЕНИЕ 3 Программа психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников	95
ПРИЛОЖЕНИЕ 4 Результаты исследования психолого-педагогической адаптации первоклассников к условиям образовательной организации ..	122

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования такого психического процесса, как адаптация первоклассников неоспорима. Каждый год в первый класс поступают тысячи детей, имея разный уровень подготовки к новым условиям жизни. И так как школа определяет деятельность, социальные контакты, условия развития обучающихся на протяжении многих лет, школьнику необходимо адекватно интегрироваться в эти новые условия. Новизна исследования состоит в изучении психологических особенностей современных первоклассников, на развитие которых воздействуют новые экономические, социальные и политические факторы. Именно поэтому данная работа посвящена изучению психологических механизмов, способствующих успешной адаптации обучающегося в образовательном учреждении, а также методам их формирования.

В исследовании особое внимание уделено трудам таких учёных, как Л.С. Выготский, Е.А. Чернышова (психологические особенности развития детей младшего школьного возраста); Жан Пиаже (теория когнитивного развития), Э.М. Александровская, Н.И. Гуткина, И.В. Дубровина, В.С. Мухина, Р.В. Овчарова, (изучение проблемы структурных аспектов адаптации); М.М. Безруких, Л.А. Венгер (описание уровней адаптации на психологическом и физиологическом уровнях); Л.И. Божович, А.К. Маркова, М.В. Матюхина (изучение мотивации детей младшего школьного возраста).

Практическая значимость нашей исследовательской работы заключается в том, что она раскрывает содержание психологических особенностей формирования адаптации первоклассников, а также в разработке и реализации психолого-педагогической программы по сопровождению адаптации первоклассников к условиям образовательной организации, которая принесёт пользу в практической работе педагога-психолога.

Научная новизна нашего исследования состоит в проектировании модели психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации, а также в разработке и реализации программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

Теоретическая значимость исследования заключается в определении особенности формирования адаптации первоклассников к условиям образовательной организации, а также в теоретическом обосновании модели и психолого-педагогической программы сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

Цель исследования – теоретически обосновать, разработать и экспериментально проверить эффективность программы по психолого-педагогическому сопровождению адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

Объект исследования – адаптация первоклассников к условиям образовательной организации.

Предмет исследования – психолого-педагогическое сопровождение адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

Гипотеза – уровень адаптации первоклассников изменится, если:

- разработать модель психолого-педагогического сопровождения, состоящего из теоретического, диагностического, коррекционно-развивающего и аналитического блоков;
- разработать и реализовать программу психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников, включающую беседы, игры, психогимнастические упражнения.

Задачи исследования:

1. Проанализировать проблему адаптации первоклассников к условиям образовательной организации в научных исследованиях.

2. Определить особенности адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

3. Теоретически обосновать модель психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

4. Описать этапы, методы и методики исследования.

5. Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты исследования.

6. Разработать программу психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников.

7. Проанализировать результаты опытно-экспериментального исследования.

8. Разработать рекомендации по сопровождению адаптации первоклассников.

Методы исследования:

1. Теоретические: анализ и обобщение психолого-педагогической литературы, конкретизация, сравнение, классификация, систематизация, целеполагание, моделирование.

2. Эмпирические: констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, тестирование.

3. Психодиагностические: «Изучение социально-психологической адаптации ребёнка в школе» (экспертная оценка учителя) Э.М. Александровская; «Экспертная оценка адаптированности ребёнка к школе» О.Л. Соколова, О.В. Сорокина, В.И. Чирков (родители обучающихся); Л.П. Пономаренко «Дерево» (обучающиеся).

4. Математико-статистические: Т-критерий Вилкоксона, ϕ^* – угловое преобразование Фишера.

База исследования – Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Лицей №67» г. Челябинска», обучающиеся 1 «В» класса, в количестве 20 человек, в возрасте 7-8 лет.

Апробация:

Исследование адаптации первоклассников как многогранного психологического процесса осуществлялось нами на протяжении нескольких лет как самостоятельный феномен, так и в связи с другими психологическими особенностями детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста, неотрывно связанные с поступлением в общеобразовательную организацию.

По теме квалификационной работы опубликована статья:

Понаморева А. Ю. Исследование взаимосвязи психологической готовности к обучению в школе и адаптацией первоклассников / А. Ю. Понаморева, Г. Ю. Гольева // Границы науки : взаимодействие естественных, социальных и гуманитарных дисциплин : сб. науч. тр. по материалам междунар. конф. по трансдисциплинарным исследованиям (Санкт-Петербург, 20 нояб. 2025 г.). – Санкт-Петербург, 2025. – С. 25–34.

Результаты исследования обсуждались на ежегодной студенческой научно-практической конференции, в секции №19, посвященной актуальным проблемам психологического консультирования в образовании 16.04.2026 г.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К УСЛОВИЯМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

1.1 Проблема адаптации первоклассников к условиям образовательной организации в научных исследованиях

Для полноценного понимания процесса адаптации нами был осуществлен анализ психолого-педагогической литературы и трудов учёных других отраслей науки.

Изначально адаптация как термин зародился в XVIII веке в биологии. Автор термина – Жан Батист Ламарк – немецкий физиолог, в своём труде «Философия зоологии» объяснил адаптацию прямым приспособлением организма к условиям среды. Понятие адаптации рассматривалось биологами с точки зрения эволюционной теории, как механизм, повлекший физиологические изменения различных видов живых существ, в том числе, человека. Автор эволюционной теории, Чарльз Дарвин определял адаптацию как совокупность полезных для организма изменений, представляющих собой более или менее верное отражение окружающей среды. Одним из первых авторов термина также считается Ауберг Горец, в 1865 году определивший процесс адаптации как изменение чувствительности зрительных анализаторов к воздействию внешних раздражителей [Цит. по: 50, с. 386].

Изучая влияние такого феномена, как адаптация человека, позднее, в 1936 г., канадским физиологом Г. Селье была опубликована работа, в которой был описан термин «общий адаптационный синдром». Г. Селье описывал в своём труде не только определённые процессы приспособления, но также продолжительные функциональные состояния-стрессы, которые развиваются под действием стрессоров, образуя «совокупность

адаптационных реакций» человека. Таким образом, Селье не только подробнее изучил процесс адаптации, но и предположил его детерминанты, а именно, «чрезвычайно сильные повреждающие воздействия», и конкретно – стресс, как необходимое неспецифическое звено наиболее сложного механизма адаптации [Цит. по: 19, с. 73].

Адаптация как термин рассматривается учёными разных направлений, например, Е.В. Градинар в рамках медицины определял данный процесс как приспособительную реакцию, Ф.В. Балкизова как перестройку организма в нормальном и патологическом состоянии. В рамках философии адаптация рассматривается различными учёными (В.Ю. Верещагин, И.Д. Калайков, И.А. Милославова, К.В. Рубчевский, С.П. Татарова) как процесс приспособления систем к условиям внешних и внутренних сред, определённый общими закономерностями или приспособление одного живого существа к другому живому существу, либо к окружающей среде [Цит. по: 61, с. 80].

В русле социологии рассматриваются схожие термины – социальная адаптация и социализация, имеющие общее с процессом адаптации. И.С. Кон рассматривал социализацию как процесс усвоения индивидом социального опыта, определенной системы знаний, норм, ценностей, позволяющих ему функционировать в качестве полноправного члена общества [Цит. по: 17, с. 257].

В исследовании социальной адаптации наиболее преуспели приверженцы культурологического подхода (Э. Вайда, Р. Раппопорт, Л. Уайт, М. Харрис и др.), в котором данный процесс рассматривался в взаимосвязи с культурой, представляющейся как адаптивная система или пространство, необходимое для человеческой жизнедеятельности. Л. Уайт также подчёркивал необходимость взаимного приспособления всех подсистем в этом пространстве в целях достижения определенного баланса [Цит. по: 21, с. 172].

В последующем, процесс адаптации как объект исследования переключается из биологии в психологию, в рамках которой будет изучаться различными школами и психологическими концепциями, совместно с педагогикой, нейропсихологией и социологией.

На сегодняшний день есть ряд классификаций видов адаптации, самыми известными и общепринятыми из которых считаются следующие:

1. По направленности: внешняя, внутренняя.
2. По объекту: производственная, брачная, соседско-приятельская, политико-правовая, учебная, социально-психологическая, социальная, экономическая [57, с. 275].
3. По характеру осуществления: добровольная, вынужденная.
4. По характеру инноваций: первичная, вторичная [67, с. 150].
5. По структурным компонентам адаптивной среды: предметно-деятельностная, личностная [52, с. 5].
6. По направленности изменений индивида: прогрессивная, регрессивная.
7. По психологическому содержанию: преадаптация, дезадаптация, реадаптация [44, с. 123].

Большой вклад в изучение адаптации в русле психологии внесли приверженцы психоаналитической теории, а именно Зигмунд Фрейд, Анна Фрейд, Хайнц Хартманн. Поначалу исследователи придавали адаптации негативный окрас, так как к особенностям процесса адаптации приписывали перенос фокуса внимания с внутреннего мира психики на внешний. Однако последующее изучение проблемы привело к настоящей эволюции в психоаналитических исследованиях адаптации. Психоанализ подчеркнул роль воспитания в адаптации, рассмотрел проблему соотношения филогенеза и онтогенеза, указав на триединство психологического, биологического и филогенетического изучения одного и того же явления, выявил большую роль ценностных иерархий, выделив ведущую роль активности самого субъекта. Х. Хартманн, как ведущий

представитель этого направления в своих работах рассматривал адаптацию как непрерывно продолжающийся процесс, имеющий свои корни в биологической структуре (по Г. Селье) и в показателях которого отражаются «постоянные попытки Эго сбалансировать внутрисистемные и межсистемные напряжения» [Цит. по: 45, с. 178].

Жан Пиаже, швейцарский психолог и философ, рассматривал адаптацию как процесс приспособления организма к среде и достижения гармоничного равновесия с ней. Также учёный выделял такие механизмы адаптации, как аккомодация, т. е. приспособление собственных поступков и мыслей к внешнему миру, и ассимиляция, т. е. процесс включения новой информации в существующие схемы, позволяющей понять её наиболее полно. Именно Жан Пиаже в своей концепции одним из первых стал рассматривать взаимоотношения человека с социальной средой как гомеостатическое уравнивание, перенеся, тем самым, понятие гомеостаза с организма на личность. В социально-психологической адаптации важность соотношения аккомодации и ассимиляции позднее подчеркивала и Э.М. Александровская [Цит. по: 35, с. 147].

Л.С. Выготский, отечественный психолог, определил связь адаптации с процессом установления взаимоотношений между личностью и социальной средой, определяя эффективность данного процесса адаптационной способностью организма, видом популяции [14, с. 59].

Можно выделить наиболее полные определения адаптации. М.И. Матюшичева раскрывала данный термин так: «адаптация – это не только приспособление к успешному функционированию в определенной среде, но и способность к дальнейшему личностному, психологическому и социальному развитию» [47, с. 19].

По мнению О.В. Хухляевой, адаптация – это процесс сближения психической деятельности личности к социальным и социально-психическим требованиям среды, условиям и содержанию деятельности человека [Цит. по: 12, с. 22].

В нашем исследовании рассматриваются смежные психологические явления, рассмотреть которые необходимо для конкретизации объекта исследования. Социально-психологическая адаптация – это процесс активного приспособления индивида к условиям конкретной социальной среды. В рамках педагогики термин позволяет сконцентрировать внимание на социальном характере адаптации. Адаптированность – это уровень эффективности процесса адаптации организма, индивида или личности к условиям жизни и осуществления той или иной деятельности. Термин указывает на адаптивность в большей степени как на качество личности, более доступное для измерения. Данные термины сопоставимы, так как описывают один процесс, рассматривая его и дополняя с разных точек зрения [68, с. 691].

Как отмечает В.С. Мухина, учёт особенностей процесса адаптации с физиологической стороны в сфере образования и педагогики позволяет наиболее эффективно управлять процессом обучения, побуждает учителей избегать чрезмерной интенсификации учебного труда, выстраивая педагогический процесс так, чтобы не вредить здоровью ребёнка [48, с. 328].

Говоря о факторах, влияющих на адаптацию, Е.А. Панько, например, выделял среди основных индивидуально-психологические особенности ребёнка, к которым относил сформированность навыков общения, уровень самооценки, психологические черты личности первоклассника [Цит. по: 13, с. 143].

В своих исследованиях У.В. Ульenkova основными факторами, влияющими на адаптацию первоклассника, помимо упомянутых ранее, называла уровень физического и психологического здоровья, уровень натренированности адаптационных механизмов и возраст ребёнка, отмечая, что детям, достигшим шестилетнего возраста адаптироваться к новым условиям легче [Цит. по: 3, с. 230].

Н.В. Смирнова успешность адаптации к школьной жизни объясняла зависимостью от уровня сформированности основных предпосылок к

учебной деятельности, готовности ребёнка к школе, а именно, его способностями к чтению, письму, счету [Цит. по: 41, с. 218].

Рассматривая отечественную педагогику Н.В. Смирнова также отмечала несогласованность программы первого класса и возможностей, поступивших в него детей. Методика и программа обучения в отечественном начальном образовании рассчитана на ребёнка, не получившего специальной подготовки к школе, из-за чего определённые дети часто оказывались в ситуации неудовлетворения собственных потребностей, замедления развития у них имеющихся задатков, пока учитель работал в целом со всем классом, не имея возможности выстраивать индивидуальное направление обучения с учётом природных задатков и способностей детей [Цит. по: 60, с. 75].

Плодотворное обучение детей младшего школьного возраста возможно при условии его соответствующей организации, а именно, при базировании на индивидуальном подходе к каждому ребёнку, учитывая при этом весь комплекс гигиенических, педагогических и психологических условий в соответствии с возрастными особенностями младших школьников [28, с. 192].

Н.И. Гуткина в вопросе школьной адаптации подчеркивала значимость процесса принятия ребёнком новой социальной роли школьника, абсолютно для него новой и незнакомой во всём. Совместно с И.В. Дубровиной и Р.В. Овчаровой, Н.И. Гуткина считала адаптированным ребёнка, способного успешно освоить социальные нормы, требования и правила школы [23, с. 117].

По мнению Е.Е. Кравцовой, главным фактором, определяющим дальнейшую успешность ученика, является его отношение к сверстникам и взрослым, сопоставимое с основными компонентами учебной деятельности в школе [38, с. 59].

При анализе взглядов учёных на проблему адаптации первоклассников можно выделить некоторую несогласованность в

выделении приоритетных процессов и аспектов данного явления. Например, М.В. Бирянова выделяла решающим компонентом выполнение первокласником учебных и социальных требований, т. е. достаточные успеваемость и дисциплина. Л.С. Выготский помимо соответствия школьным требованиям выделяет адаптацию к новому окружению, добавляя в процесс социальный аспект. О.Н. Матвеева в определении адаптации больший упор делает именно на социализацию [Цит. по: 24, с. 111].

Уровни адаптации первокласника описал в своих исследованиях А.Л. Венгер, руководствуясь четырьмя параметрами: отношение к школе, усвоение учебного материала, самостоятельная работа и статусное положение.

Рассмотрим каждый из уровней адаптации:

Школьник с высоким уровнем адаптации характеризуется положительным отношением к школе, адекватным восприятием требований, легким, полным и глубоким усвоением учебного материала, возможностью решать усложнённые задания, прилежностью, внимательностью в выполнении самостоятельной работы, самостоятельностью, отсутствием необходимости во внешнем контроле, благоприятным статусным положением в классе.

Первоклассника со средним уровнем адаптации А.Л. Венгер описывает как ученика, положительно относящегося к школе, не имеющим отрицательных переживаний, при подробном объяснении со стороны учителя понимающим материал, самостоятельно решающего типовые задания, сосредоточенного и внимательного, систематично выполняющего домашнее задание, добросовестно выполняющего поручения, поддерживающего дружеские отношения со многими одноклассниками [Цит. по: 34, с. 48].

Первоклассник с низким уровнем адаптации имеет отрицательное или индифферентное отношение к школе, подавленное настроение, высказывает

жалобы на здоровье, нарушает дисциплину, имеет трудности в решении типовых задач, фрагментарно усваивает материал, не проявляет интереса к учёбе, нерегулярно готовится к урокам, возникают трудности в самостоятельной работе, отличается отсутствием близких друзей, поименно может знать лишь часть одноклассников [11, с. 172].

В.В. Журба, М.А. Колюшников в своих исследованиях выделили сферы жизнедеятельности младших школьников, развитие которых необходимо на этапе адаптации к школе; среди них овладение навыками для учебной деятельности, формирование дружеских отношений с одноклассниками и доверительных отношений с учителем, становление адекватного поведения обучающегося. Тем не менее, свидетельствовать об адекватном уровне адаптации прежде всего будет производительность учебной деятельности, внутреннее состояние ребёнка и его эмоциональное самочувствие [Цит. по: 25, с. 56].

В рамках педагогической психологии школьная адаптация рассматривается как социально-психологический процесс, включающий в себя перестройку эмоционально-волевой, познавательной и мотивационной сфер личности ребёнка при переходе к систематически организованному школьному обучению [Цит. по: 71, с. 29].

Таким образом, анализ проблемы адаптации первоклассников к условиям образовательной организации в психолого-педагогической литературе позволил выделить основные взгляды учёных на данный процесс, увидеть направления для изучения, подчеркнуть вариативность во взглядах на данное явление. В нашем исследовании взгляд на адаптацию таков: адаптация первоклассников к условиям образовательной организации – это комплексный, динамический и многоуровневый процесс приспособления ребёнком к новой социальной ситуации развития, обусловленной началом систематического обучения в школе, подразумевающая успешное освоение учебной программы, школьных правил и социальную интеграцию в общество сверстников.

1.2 Особенности адаптации первоклассников к условиям образовательной организации

Особенности процесса адаптации первоклассников зависят не только от условий, в которые попадает ребёнок впервые, но и от психологических процессов и новообразований психики, происходящих в соответствии с возрастными особенностями ребёнка 6-8 лет [53, с. 13].

Далее подробно рассмотрим психологические характеристики ребёнка младшего школьного возраста.

Опираясь на труды Льва Семёновича Выготского, возрасту 6-8 лет соответствует началу периода младшего школьного возраста. Ему предшествует кризис «утраты детской непосредственности», характеризующийся освоением произвольного поведения ребёнком, а также открытием факта наличия собственных переживаний, их принадлежности ему сугубо личной, приводящего к заметной окружающим дифференциации внутренней и внешней сторон личности ребёнка. Переживание данного кризиса может стать предпосылкой, отягчающей или облегчающей адаптацию ребёнка к условиям школы, так как произвольное поведение, зачатки которого развиваются при благополучном проживании кризиса, становится важным фактором, способствующим успешной адаптации первоклассника [15, с. 514].

Ведущей деятельностью ребёнка младшего школьного возраста становится учебная деятельность. У учебного процесса в первом классе есть несколько особенностей: процесс строится на основе развернутого знакомства с компонентами учебной деятельности и в последствии первоклассники втягиваются в активное их осуществление; саморегуляция учебной деятельности осуществляется ребёнком позднее, во 2-3 классе, на начальном этапе обучения ей предшествует прямое следование указаниям учителя [66, с. 815].

Л.И. Божович подчеркивала функциональную тенденцию, затрагивающую особенность смены ведущей деятельности первоклассника с игровой на учебную. По её мнению, прекратить игровую деятельность и принудительно завлечь ребёнка к учебной – значит затормозить интенсивное развитие, всестороннее раскрытие задатков. Поначалу игровая и учебная деятельности составляют необходимый младшему школьнику тандем, при этом возникновение физиологической и психологической потребности в познавательной деятельности и познании окружающего мира со временем приводит к упрочению учебы на месте ведущей деятельности. Такую же точку зрения высказывает Е.А. Чернышова, уточняя, что учебная деятельность формируется в недрах игровой [Цит. по: 10, с. 575].

Особенности развития познавательной сферы:

В 1-2 классе происходит бурный процесс формирования произвольного внимания, позволяющего обучающему концентрироваться на выполнении поставленной задачи. Процесс формирования произвольного внимания не стихает, ему способствуют грамотно подобранные методы и формы педагогического воздействия, четкая внешняя организация действий ребёнка, так как внимание в возрасте 6-8 лет более устойчиво при выполнении внешних действий и менее устойчиво при выполнении умственных действий [15, с. 623].

Первоклассник начинает осознавать особую мнемическую задачу – формируются приёмы осмысленного запоминания. Лучше всего запоминается наглядный материал, хуже – словесный [1, с. 25].

Мышление приобретает словесно-логическую форму. Дошкольник начинает усваивать научные понятия. Развитие мышления осуществляется также с помощью нового вида речи – письменной [7, с. 20].

На первом году обучения в школе у ребёнка появляется новый значимый взрослый – учитель, авторитет которого выше родительского. Влияние на социальную ситуацию развития у учителя в жизни первоклассника велико, так как он испытывает большую эмоциональную

зависимость от учителя, взаимоотношения ребёнка в классе также определяются учителем через организацию учебной деятельности, способствует формированию статусов и межличностных отношений в классе. Особенностью общения в этом возрасте становится гомосоциальный характер – мальчики общаются чаще с мальчиками, а девочки с девочками [22, с. 487].

По прошествии времени в учебной деятельности у первоклассника происходит переход от аморфной одноуровневой системы побуждений к иерархическому построению системы мотивов; формируется я-образ ученика, основа которого – взаимовлияние самооценки и успеваемости. На данные процессы также оказывает влияние итог и протекание адаптации к образовательному учреждению [4, с. 53].

В вопросе изучения учебной мотивации большой вклад внесли такие учёные, как Л.И. Божович, А.К. Маркова, М.В. Матюхина, по мнению которых мотивация учебной деятельности играет важную роль в становлении я-образа ученика, заинтересованности первоклассником в обучении и усвоении знаний. Школьная мотивация закладывается ещё до поступления в первый класс и является компонентом психологической готовности к обучению в школе. Мотивы посещения школы могут быть различными:

- социальные мотивы, основа которых – понимание общественной значимости и необходимости обучения, стремление к социальной роли школьника (желание посещать школу, потому что это нужно и важно);

- учебно-познавательный мотив, включающий в себя интерес к познанию нового, желание овладения новыми навыками [Цит. по: 30, с. 430];

- оценочный мотив, раскрывающийся в стремлении получить высокую оценку от значимой фигуры, её одобрение и расположение (ребёнок хочет в школу, чтобы получать пятёрки);

– позиционный мотив, связанный с интересом к внешней школьной жизни, позиции школьника, школьной атрибутике (желание носить рюкзак, как у школьников, вести тетради, дневник) [Цит. по: 58, с. 168];

– внешний по отношению к школе и обучению мотив, приобретённый чаще всего от родителей, их требований, непонимания дошкольником смысловой ценности обучения (ребёнок хочет в школу, потому что мама сказала, что так нужно);

– игровой мотив, неадекватно перенесённый на учебную деятельность (ребёнок хочет в школу, потому что у него там много друзей, с которыми можно поиграть) [Цит. по: 29, с. 150].

Мотивация ребёнка, направленная не на учебную деятельность и получение знаний может стать причиной затруднения адаптации, так как ребёнок из-за незаинтересованности в освоении программы попадает в ситуации неуспеха, способствующие негативному школьному образу, что ведёт к ещё большей демотивации первоклассника к учебной деятельности [Цит. по: 70, с. 1390].

Так как адаптация является многоуровневым и комплексным процессом, присутствует множество факторов, влияющих на её протекание и итог. Г.М. Чуткина определяла детерминанты так: «...высокий уровень адаптации обуславливают: адекватная оценка своего положения; правильные методы воспитания в семье; отсутствие в ней конфликтных ситуаций; благоприятный статус в группе сверстников; высокий уровень образования родителей; положительный стиль взаимоотношений типа «учитель-ученик» и «ученик-учитель»» [Цит. по: 5, 37].

Основными критериями адаптации ребёнка к условиям образовательной организации, по мнению Э.М. Александровской являются эффективность учебной деятельности, усвоение школьных норм поведения, успешность социальных контактов, эмоциональное благополучие [Цит. по: 26, с. 6].

Процесс адаптации ребёнка к школе на физиологическом уровне М.М. Безруких разделяла на несколько этапов:

1. Стадия тревоги.

В следствие комплекса воздействий новых условий возникает повышение тревоги, объясняющееся активизацией гипоталамуса и повышением активности симпатического отдела нервной системы. На данный процесс организм отвечает бурно, со значительным напряжением всех систем. Данная стадия проживается ребёнком достаточно долго, от двух-трёх недель.

2. Неустойчивая адаптация.

Период неустойчивой адаптации наступает в результате повышенной деятельности гипоталамуса и симпатической нервной системы, приводящим к активации коркового слоя надпочечников, т. е. выработке гормонов, стимулирующих ускорение обменных процессов в организме, тем самым обретая возможность лучше приспособиться к стрессорам. Организм ребёнка, работая в напряжённом режиме тратит множество сил [Цит. по: 33, с. 30].

3. Социально-психологическая адаптация.

Результат данного этапа диктуется индивидуальными особенностями как психики самого ребёнка, так и среды. В случае, если школьник удовлетворён отношениями со сверстниками, справляется с учебным материалом, чувствует защищённость в стенах школы, реакция тревоги стихает, а организм находит наиболее подходящие варианты реакции на нагрузку, при этом требующие меньшего напряжения, тем самым приобретая устойчивую адаптацию. Такой процесс может занимать от двух-трёх месяцев до полугода. В случае, если у школьника чувство тревоги остаётся на том же уровне или даже повышается, и ребёнок ощущает незащищённость в школе, наступает стадия истощения. Перенапряжение организма закономерно ведёт к упадку сил и может привести к нарушению здоровья [8, с. 80].

В норме процесс адаптации занимает у первоклассника от 2-3 недель до трёх месяцев, в крайнем случае, до полугода [2, с. 290].

Как было указано выше, выраженность и особенности протекания адаптационного периода первоклассника определяются как внешними факторами, такими как, особенностями семейной ситуации, типом программы, стилем преподавания учителя, наполняемостью класса, так и внутренними, строго индивидуальными особенностями нервной системы, коммуникативной компетентности, уровня дошкольной подготовки ребёнка [6, с. 75].

Без оказания своевременной профессиональной помощи в процессе адаптации первоклассник может столкнуться с проблемой дезадаптации, последствия которой останутся с ребёнком на протяжении всего оставшегося периода обучения, отражающиеся в проблемах с учёбой, социализации и неблагоприятных психологических состояниях (тревога, низкая самооценка, зажатость, нарушения сна и т.д.) [54, с. 193].

По определению Г.М. Коджаспировой дезадаптация – это психическое состояние, возникающее в результате несоответствия социо-психологического или психофизиологического статуса ребенка требованиям новой социальной ситуации [36, с. 312].

Первоклассников с индивидуальными особенностями нервной системы, наиболее подверженными дезадаптации, можно разделить на условные группы: (Панько Е.А.).

1. Гиперактивные дети. Такие первоклассники отличаются низкой концентрацией внимания, необходимостью в активном движении, им сложно вы сидеть целый урок за партой [Цит. по: 43, с. 349].

2. Дети с повышенным порогом утомляемости. Таким детям тяжело надолго концентрировать внимание, они быстро утомляются. Это может быть обусловлено индивидуальными особенностями психики или же хроническими заболеваниями [Цит. по: 59, с. 400].

3. Одарённые первоклассники. Эти дети поступают в первый класс уже имея обширный запас знаний, что приводит к тому, что первоклассник скучает на уроках, может баловаться и игнорировать учителей [Цит. по: 27, с. 42].

Т.Н. Кичак выделяет трудности, с которыми ребёнок младшего школьного возраста сталкивается в процессе адаптации:

1. Привыкание к новому режиму дня. Новоиспеченным школьникам тяжело дается следование новому распорядка дня в силу недостаточной регуляции произвольного поведения, увеличения нагрузки, смены ведущей деятельности. Для преодоления таких трудностей необходимо выстраивать щадящее расписание, включающее отдых и занятие по интересам, усложнение нагрузки в школе происходит постепенно, занятия часто имеют игровую форму [Цит. по: 31, с. 15].

2. Проблемы в отношениях с классным коллективом. Возникновение такой проблемы возможно в случае, если ребёнок имел недостаточный опыт пребывания в детских коллективах, отличается недостаточными коммуникативными навыками [Цит. по: 46, с. 115].

3. Специфика отношений с учителем. Проблема раскрывается в трудностях подбора индивидуального подхода к каждому обучающемуся, завышенных требованиях первоклассников к вниманию со стороны учителя.

4. Потеря интереса к учебной деятельности и к школе, в частности.

5. Приобретение новой позиции в семье. Смена социальной роли ребёнка предполагает смену отношения к нему, смену его деятельности [Цит. по: 32, с. 220].

Таким образом, нами были рассмотрены возрастные особенности детей младшего школьного возраста, определены факторы, этапы и критерии процесса адаптации, дано определение дезадаптации и определены факторы риска, отягчающие процесс адаптации.

1.3 Теоретическое обоснование модели психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации

Психолого-педагогическое сопровождения обучающихся образовательных организаций – многоуровневый процесс, эффективность которого зависит в том числе от грамотного определения этапов, целей, видов деятельности, заключающаяся в грамотном планировании действий, которые предпримет педагог-психолог [20, с. 145].

В нашем исследовании психолого-педагогическое сопровождение осуществляется через виды деятельности, входящие в обязанности педагога-психолога в рамках психологической службы в образовании, а именно: диагностическая, коррекционно-развивающая, консультационная, профилактическая и просветительская [55, с. 68].

Наиболее подробное содержание коррекционно-развивающей деятельности будет представлено нами позже.

Реализация всех вышеперечисленных видов деятельности при условии грамотного определения целей, задач, методов и этапов работы способствует успешному исходу психолого-педагогического сопровождения [65, с. 49].

Дерево целей психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации является методом, позволяющим конкретизировать стержень программы сопровождения – цель и используется как твёрдо закрепившийся метод целеполагания при планировании психологических исследований.

Дерево целей нашей психолого-педагогической модели сопровождения представлена на рисунке 1.

Генеральная цель: теоретически обосновать, разработать и экспериментально проверить эффективность программы по психолого-

педагогическому сопровождению адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.



Рисунок 1 – «Дерево целей» исследования психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации

1. Изучить теоретические основы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

1.1. Теоретически обосновать проблему адаптации первоклассников к условиям образовательной организации в научных исследованиях.

1.1.1. Изучить развитие определения адаптации с точки зрения различных научных направлений.

1.1.2. Проанализировать явление адаптации в психолого-педагогической литературе.

1.2. Выявить особенности адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

1.2.1. Определить возрастные особенности детей младшего школьного возраста.

1.2.2. Изучить факторы, критерии и этапы процесса адаптации первоклассников.

1.2.3. Дать определение понятию дезадаптация и изучить психологические характеристики обучающихся группы риска.

1.3. Обосновать модель психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

1.3.1. Разработать «дерево целей» психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

1.3.2. Сделать анализ концепций психолого-педагогического сопровождения.

1.3.3. Выделить основные принципы психолого-педагогического сопровождения.

2. Провести исследование психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

2.1. Определить этапы, методы и методики исследования.

2.1.1. Спланировать этапы исследования.

2.1.2. Выбрать методы исследования.

2.1.3. Подобрать методики исследования.

2.2. Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты исследования.

2.2.1. Определить и дать характеристику выборке исследования.

2.2.2. Провести констатирующий эксперимент.

2.2.3. Провести анализ результатов констатирующего эксперимента.

3. Провести опытно-экспериментальное исследование психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

3.1. Разработать и реализовать программу психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников.

3.1.1. Определить цели, этапы, задачи коррекционно-развивающей работы по сопровождению адаптации первоклассников.

3.1.2. Составить план коррекционно-развивающих занятий по сопровождению адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

3.2. Проанализировать результаты опытно-экспериментального исследования.

3.2.1. Провести диагностическое исследование уровня адаптации первоклассников после реализации программы по сопровождению адаптации первоклассников.

3.2.2. Проанализировать эффективность программы по сопровождению адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

3.3. Составить рекомендации для родителей и педагогов по сопровождению адаптации первоклассников.

3.3.1. Разработать рекомендации для родителей первоклассников.

3.3.2. Составить рекомендации для педагогов.

На основе дерева цели нами составлена модель психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации, представленная на рисунке 2. Генеральная цель модели психолого-педагогического сопровождения адаптации сформулирована нами так: теоретически обосновать, разработать и экспериментально проверить эффективность программы по психолого-педагогическому сопровождению адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

Модель сопровождения адаптации состоит из тематических блоков, обоснованием для выделения которых стали конкретные цели в рамках осуществления психолого-педагогического сопровождения, вид деятельности педагога-психолога и методы, которые он использует в работе.

Целью теоретического блока является изучение процесса адаптации первоклассников и его особенностей, что позволяет понять закономерности,



Рисунок 2 – Модель исследования психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации

принципы и полную суть исследуемого процесса. Теоретический блок позволяет грамотно определить объект психолого-педагогического сопровождения и выстроить план коррекционно-развивающих занятий. К методам теоретического блока относятся: анализ и обобщение психолого-педагогической литературы, конкретизация, сравнение, классификация, систематизация, целеполагание, моделирование.

В диагностическом блоке осуществляется диагностика адаптации первоклассников к условиям образовательной организации. Результаты диагностики позволяют измерить актуальное состояние обучающихся, определить степень необходимости психолого-педагогического сопровождения и коррекции, а также выделить особенности развития, нуждающиеся в коррекции. Методами диагностического блока являются констатирующий эксперимент и тестирование по методикам «Изучение социально-психологической адаптации ребёнка в школе» (экспертная оценка учителя) Э.М. Александровская, «Экспертная оценка адаптированности ребёнка к школе» О.Л. Соколова, О.В. Сорокина, В.И. Чирков, Л.П. Пономаренко «Дерево».

Целью блока психолого-педагогического сопровождения является разработка и реализация программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации, осуществляемая с помощью некоторых видов деятельности педагога-психолога: коррекционно-развивающей, просветительской, профилактической и консультационной. Реализация блока психолого-педагогического сопровождения совершается посредством применения следующих методов: формирующий эксперимент, игра, беседа, упражнения.

Аналитический блок имеет в своей основе следующую цель – оценить эффективность программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

Степень пользы составленной программы в рамках психолого-педагогического сопровождения определяется повторной диагностикой уровня адаптации и отслеживанием динамики в состоянии обучающихся.

Посредством математико-статистических методов выявляется статистическая значимость наблюдаемой динамики, являющаяся доказательством эффективности разработанной программы сопровождения. Методами аналитического блока являются: формирующий эксперимент, тестирование по методикам «Изучение социально-психологической адаптации ребёнка в школе» (экспертная оценка учителя) Э.М. Александровская, «Экспертная оценка адаптированности ребёнка к школе» О.Л. Соколова, О.В. Сорокина, В.И. Чирков Л.П. Пономаренко «Дерево», Т-критерий Вилкоксона, ϕ^* - угловое преобразование Фишера.

Исходя из цели модели психолого-педагогического сопровождения, нами был определён ожидаемый результат, заключающийся в изменении уровня адаптации первоклассников в результате реализации программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

Таким образом, нами была теоретически обоснована модель психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации, составлено «дерево целей», определены и описаны составные блоки модели.

Выводы по главе 1

Проведя анализ психолого-педагогической литературы можно прийти к выводам, что проблема адаптации обучающихся первых классов до сих пор является актуальной темой для исследований, имеет множество точек зрения, основанных на работах таких психологов-педагогов, как Э.М. Александровская, М.М. Безруких, Л.И. Божович, Л.С. Выготский, Н.И. Гуткина, Е.А. Панько, Н.В. Смирнова, У.В. Ульенкова и др. В психологии и

педагогике адаптация рассматривается как процесс вхождения в новые социальные условия, успешность которых зависит от индивидуальных способностей индивида к приспособлению к новому для него окружению.

Адаптационные ресурсы первоклассника основываются на возрастных особенностях развития психических процессов, становясь важным детерминантом протекания процесса адаптации. Описание особенностей развития мышления, памяти, внимания, мотивации, ведущей деятельности ребёнка младшего школьного возраста наиболее полно описано Л.С. Выготским. Уровень адаптации первоклассника определяется такими параметрами, как отношение к школе, возможностью усваивать учебный материал, отношения с одноклассниками, самостоятельность в работе, принятие или непринятие социальной роли школьника. В процессе адаптации определяется этапность: стадия тревоги, неустойчивая адаптация, социально-психологическая адаптация, прохождение которых необходимо для завершения процесса.

Модель психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации состоит из нескольких блоков: теоретический, диагностический, блок психолого-педагогического сопровождения, аналитический.

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К УСЛОВИЯМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

2.1 Этапы, методы и методики исследования

Исследование адаптации первоклассников и процесса психолого-педагогического сопровождения адаптации обучающихся образовательных учреждений проходило в несколько этапов:

1. Поисково-подготовительный.

На данном этапе исследования была определена тема исследования; проведена постановка проблемы, задач и гипотезы исследования; обоснование актуальности исследования; определена научная новизна, теоретическая и практическая значимость исследования; реализован последующий анализ психолого-педагогической литературы; сравнение известных фактов по теме исследования, принадлежащих разным учёным; планирование эмпирического исследования; подбор методов и методик для констатирующего и формирующего эксперимента; формирование выборки; составление экспериментального плана.

2. Опытно-экспериментальный.

На данном этапе был реализован сбор эмпирических данных в ходе психодиагностического обследования на основе подобранных методик, в соответствии с экспериментальным планом с последующим анализом результатов, на основании которых была разработана и реализована программа психолого-педагогического сопровождения, а затем исследована её эффективность.

3. Контрольно-обобщающий.

На данном этапе исследования была проведена обработка, систематизация и обобщение полученных в ходе формирующего

эксперимента эмпирических данных, проведён математико-статистический анализ, сформулирован вывод, частично подтверждающий раннее выдвинутую гипотезу, сформулированы выводы, соответствующие поставленным задачам и целям исследования и рекомендации по психолого-педагогическому сопровождению адаптации. Подготовлен доклад для защиты выполненной работы.

Методы:

1. Теоретические: анализ и обобщение психолого-педагогической литературы, конкретизация, сравнение, классификация, систематизация, целеполагание, моделирование.
2. Эмпирические: констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, тестирование.
3. Психодиагностические: «Изучение социально-психологической адаптации ребёнка в школе» (экспертная оценка учителя) Э.М. Александровская; «Экспертная оценка адаптированности ребёнка к школе» О.Л. Соколова, О.В. Сорокина, В.И. Чирков (родители обучающихся); Л.П. Пономаренко «Дерево» (обучающиеся).
4. Математико-статистические: Т-критерий Вилкоксона, φ^* - угловое преобразование Фишера.

Анализ литературы – это метод исследования, который включает в себя мысленное или реальное расчленение целостного предмета или объекта на составляющие части (стороны, признаки, свойства или отношения) для их всестороннего изучения [39, с. 43].

Обобщение литературы – это метод, в котором вывод о существующих явлениях или предметах делается на основании большого количества отдельных свойств и признаков [63, с. 120].

Классификация – это метод познания действительности, делящий объект исследования на определенные классы посредством выделения существенных признаков на основе выявления их гомогенности (однородности) и гетерогенности (разнородности). Такое выделение

позволяет изучить исследуемый объект более глубоко и проникнуть в его сущность путем определения состава, свойств, внутренних и внешних связей, путей использования объекта использования [40, 62].

Сравнение – это метод научного изучения, посредством которого устанавливаются сходство и различие предметов и явлений действительности, одновременное соотносительное исследование и оценка общих для объектов признаков [69, с. 219].

Конкретизация – это метод исследования явлений во всей их разносторонности, в качественном многообразии реального существования во времени и пространстве в отличие от абстрактного, отвлеченного изучения предметов [67, с.150].

Систематизация – это метод исследования, в рамках которого объекты организуются в некую систему на основе принципа, присущего каждому из них [62, с. 56].

Констатирующий эксперимент – это научно поставленный опыт, наблюдение исследуемого явления, процесса в точно учитываемых (зачастую специально искусственно созданных) условиях, позволяющих следить за ходом явления или процесса, измерять и регистрировать изменения и многократно воспроизводить его при повторении этих условий. Констатирующий эксперимент предусматривает выявление существующих психических особенностей или уровней развития соответствующих качеств, а также констатацию отношений причин и последствий [51, с. 415].

Тестирование – это стандартизированная психодиагностическая методика, представляющая собой систему специальных заданий, состоящих из обычно кратких и ограниченных во времени испытаний, предназначенных для объективного измерения одного или нескольких аспектов целостной личности, установления количественных и качественных индивидуально-психологических различий между людьми [9, с. 49].

Психодиагностический метод (Л.Ф. Бурлачук) – исследовательский метод психологической науки, который имеет определённую специфику по отношению к традиционным исследовательским методам психологии, неэкспериментальному (описательному) и экспериментальному. Основной особенностью психодиагностического метода является его измерительно-испытательная направленность, за счет которой достигается количественная (и качественная) оценка изучаемого явления [Цит. по: 18, с. 117].

Формирующий эксперимент – активное, целенаправленное воздействие исследователя на испытуемых для того, чтобы выработать определенные свойства или качества. Это позволяет раскрыть механизмы, динамику, закономерности образования психических феноменов, определить условия их эффективного развития. Формирующий эксперимент направлен на активное преобразование, развитие тех или иных сторон психики [16, с. 64].

Целеполагание – это осознанный процесс формулирования и постановки цели как идеального, мысленного предвосхищения результата, на достижение которого направлены действия исследователя [18, с. 120].

Моделирование – это метод научного познания, который заключается в построении и изучении моделей реально существующих объектов, процессов или явлений с целью получения новых знаний, объяснения явлений, прогнозирования их поведения или совершенствования характеристик объектов [16, с. 65].

Методики исследования:

1. «Изучение социально-психологической адаптации ребёнка в школе» (экспертная оценка учителя) Э.М. Александровская.
2. «Экспертная оценка адаптированности ребёнка к школе» О.Л. Соколова, О.В. Сорокина, В.И. Чирков.
3. «Дерево» Л.П. Пономаренко.

Описание методик:

1. Название психодиагностической методики: Изучение социально – психологической адаптации ребенка в школе (экспертная оценка учителя). Автор психодиагностической методики: Э.М. Александровская.

Назначение психодиагностической методики: определение уровня социально-психологической адаптации по критериям эффективности учебной деятельности, успешности социальных контактов, усвоения школьных норм, эмоционального благополучия.

Структура психодиагностической методики: представляет собой анкету на каждого обучающегося, в которой необходимо определить выраженность различных форм поведения первоклассника в зависимости от шкалы. Педагог заполняет анкету исходя из результатов наблюдения за обучающимися. Итоговый результат зависит от суммы баллов, набранных за каждый ответ.

Стимульный материал: бланк для педагога.

Процедура обследования: педагогу предоставляются анкеты на каждого обучающегося, которые он заполняет исходя из наблюдений за поведением обучающихся.

Способ обработки результатов психодиагностической методики: каждый выбранный вариант ответа приносит определённое количество баллов, которые суммируются. По сумме баллов определяется уровень адаптации обучающегося.

Регистрируемые показатели: оценка осуществляется по шкалам: эффективности учебной деятельности, усвоения школьных норм, успешности социальных контактов, эмоционального благополучия. Сумма баллов по каждой из шкал иллюстрирует диагностический результат [42, с. 834].

2. Название методики: «Экспертная оценка адаптированности ребёнка к школе». Авторы психодиагностической методики: О.Л. Соколова, О.В. Сорокина, В.И. Чирков.

Назначение психодиагностической методики: выявление уровня адаптированности ребёнка к школе.

Структура психодиагностической методики: представляет собой анкету из шести вопросов. Заполняется родителем индивидуально на основе наблюдений за поведением и состоянием ребёнка-первоклассника.

Стимульный материал: бланк с вопросами и вариантами ответов.

Процедура обследования: родитель заполняет бланк, отвечая на вопросы в соответствии с наблюдениями за своим ребёнком.

Способ обработки результатов психодиагностической методики: каждый ответ соответствует определённому баллу, которые суммируются.

Регистрируемые показатели: уровень адаптированности определяется по шкалам: успешность выполнения школьных заданий; степень усилий, необходимых ребёнку для выполнения школьных заданий; самостоятельность ребёнка при выполнении школьных заданий; настроение, с которым ребёнок идёт в школу; взаимоотношения с одноклассниками; общая оценка адаптированности ребёнка [56, с. 12].

3. Название методики: «Дерево». Автор психодиагностической методики: Л.П. Пономаренко.

Назначение психодиагностической методики: оценка успешности адаптации ребёнка в начале школьного обучения.

Структура психодиагностической методики: представляет собой бланк с изображением дерева и человечков рядом с ним, заполняется индивидуально обучающимся.

Стимульный материал: бланк с изображением дерева и множества человечков рядом с ним.

Процедура обследования: обучающимся выдаются листы с готовым изображением сюжета: дерево и располагающиеся на нем и под ним человечки. Ребёнку необходимо выбрать человечка, похожего на него в условиях школьного обучения и человечка, которым он хотел бы быть, положение которого хотел бы занять.

Способ обработки результатов психодиагностической методики: интерпретация результатов выполнения проективной методики «Дерево» проводится исходя из того, какие позиции выбирает конкретный обучающийся, с положением какого человечка отождествляет свое реальное и идеальное положение, есть ли между ними разница.

Регистрируемые показатели: каждая фигурка человечка имеет свою интерпретацию, результат диагностируется в соответствии с выбором фигуры [49, с. 253].

Математико-статистические методы:

1. Т-критерий Вилкоксона.

Применяется для сопоставления показателей, измененных в двух разных условиях на одной выборке. Позволяет оценить не только направленность, но и выраженность изменений.

2. ϕ^* - угловое преобразование Фишера.

Предназначен для сопоставления двух выборок по частоте встречаемости эффекта. Оценивает достоверность различий между процентными долями двух выборок.

Таким образом, нами были определены и охарактеризованы основные этапы исследования психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации, к которым относятся поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный и контрольно-обобщающий этапы. Таким же образом нами были подобраны, описаны и обоснованы теоретические, эмпирические, психодиагностические и математико-статистические методы проведения экспериментального исследования адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

2.2 Характеристика выборки и анализ результатов исследования

Нами была определена экспериментальная выборка, состоящая из обучающихся 1 «В» класса Муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Лицея №67 г.» Челябинска». Объём выборки 20 человек, из них 10 девочек и 10 мальчиков.

Возраст испытуемых от 7 до 8 лет.

Выборка была составлена из обучающихся 1 «В» класса, посещающих группу продлённого дня и занимающихся дополнительно к основным урокам вместе с классным руководителем. Часть из них до поступления в первый класс посещали подготовительную группу, существовавшую также на базе Муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Лицея №67 г. Челябинска». 1 «В» класс не имеет профильного направления, является общеобразовательным.

В классе наблюдается дружелюбное отношение, уважение к классному руководителю, некая разобщённость объясняется особенностями младшего школьного возраста – наблюдается гомосоциальность в общении, мальчики чаще общаются с мальчиками, а девочки – с девочками. Во время перемен дети активно вовлекаются в совместные игры, проявляют активность. При наблюдении можно увидеть личностные особенности некоторых учеников, проявляющаяся в разного рода проявлении активности. Некоторые из детей более подвижны и инициативны, общительны, некоторые проявляют пассивность, скромность, молчаливость как на переменах, так и в учебном процессе. В группе преимущественно дружелюбное отношение друг другу, за исключением «изгоя» класса – мальчика, отвергаемого одноклассниками. Это проявляется в нежелании выполнять совместную деятельность, контактировать, включать в игры на переменах, помогать. В свою очередь данный обучающийся проявляет агрессивность, демонстративность поведения, непослушание, задирист.

Данная конфронтация создает психологическую напряжённость в коллективе, формирует негативную иерархию среди одноклассников.

Детей с особенностями эмоционально-волевой сферы нет.

Отношение к классному руководителю доверительное, обучающиеся не боятся обращаться с просьбой или вопросом. При этом педагог сталкивается со сложностью установления дисциплины, развитием произвольного поведения, усвоением школьных правил со стороны обучающихся. На контакт с педагогом-психологом обучающиеся идут охотно, общительны, заинтересованы в работе.

Успеваемость обучающихся педагогами и педагогом-психологом оценивается на уровень ниже среднего. Педагоги проявляют беспокойство в вопросах нормативности развития произвольного поведения, внимания, памяти, отмечают слабую мотивацию к учебной деятельности и соблюдению школьных правил поведения.

Анализ результатов констатирующего эксперимента:

На рисунке 3 и таблице 2.1 (ПРИЛОЖЕНИЕ 2) проиллюстрированы результаты диагностики уровня социально-психологической адаптации по методике «Изучение социально – психологической адаптации ребенка в школе» Э.М. Александровской (экспертная оценка учителя).

По результатам 5 % испытуемых (1 человек) имеют низкий уровень социально-психологической адаптации, что может говорить о дезадаптации первоклассника в образовательном учреждении. Обучающиеся с дезадаптацией характеризуются низким уровнем мотивации обучения, могут иметь проблемы с социализацией среди сверстников, не успевают в усвоении школьной программы. 35 % испытуемых (7 человек) характеризуется неполной адаптацией, причины которой могут быть различны.

Четверо из данной группы испытуемых характеризуются низкими баллами по шкалам усвоения школьных норм, что может говорить о трудностях в регуляции поведения, низкой мотивации в обучении,

нежелании ребёнка переходить из детского сада в школу. Один из обучающихся демонстрирует низкое количество баллов по шкале успешности социальных контактов и эмоционального благополучия, что может проявляться в сложностях налаживания контакта с одноклассниками, непринятия новой социальной роли. Низкие показатели по шкале эффективности учебной деятельности имеют двое из семи испытуемых с неполной адаптацией, что может свидетельствовать о недостаточном уровне интеллектуальной готовности к школе. Такие дети нуждаются в дополнительном внимании со стороны учителя для разъяснения учебного материала, имеют индивидуальный темп обучения.

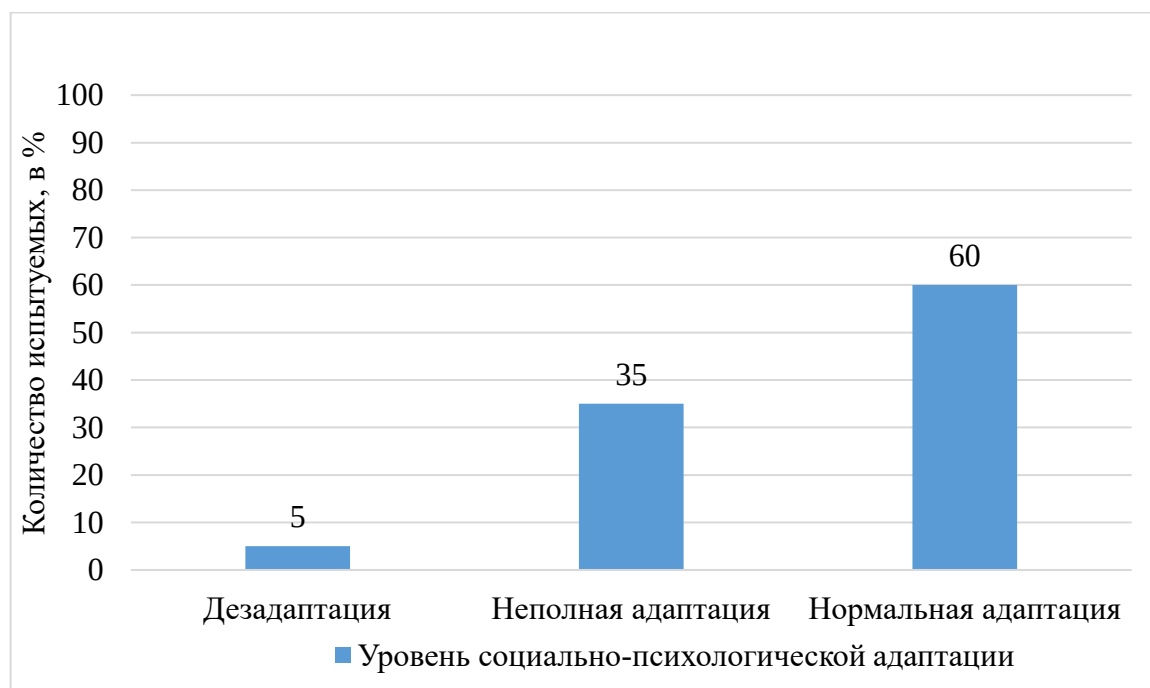


Рисунок 3 – Результаты диагностики уровня социально-психологической адаптации первоклассника по методике «Изучение социально-психологической адаптации ребенка в школе» Э.М. Александровской (экспертная оценка учителя)

60 % испытуемых (12 человек) продемонстрировали нормальный уровень социально-психологической адаптации, позволяющий социализироваться в новом коллективе, успешно усваивать учебную программу. Такие обучающиеся позитивно относятся к обучению в школе, охотно рассказывают о том, чем занимались на уроках, испытывают чувство гордости от приобретения новой социальной роли школьника.

На рисунке 4 и таблицы 2.2 (ПРИЛОЖЕНИЕ 2) представлены результаты диагностики уровня адаптированности по методике «Экспертная оценка адаптированности ребенка к школе (для родителей) В.И. Чириков, О.Л. Соколова, О.В. Сорокина.

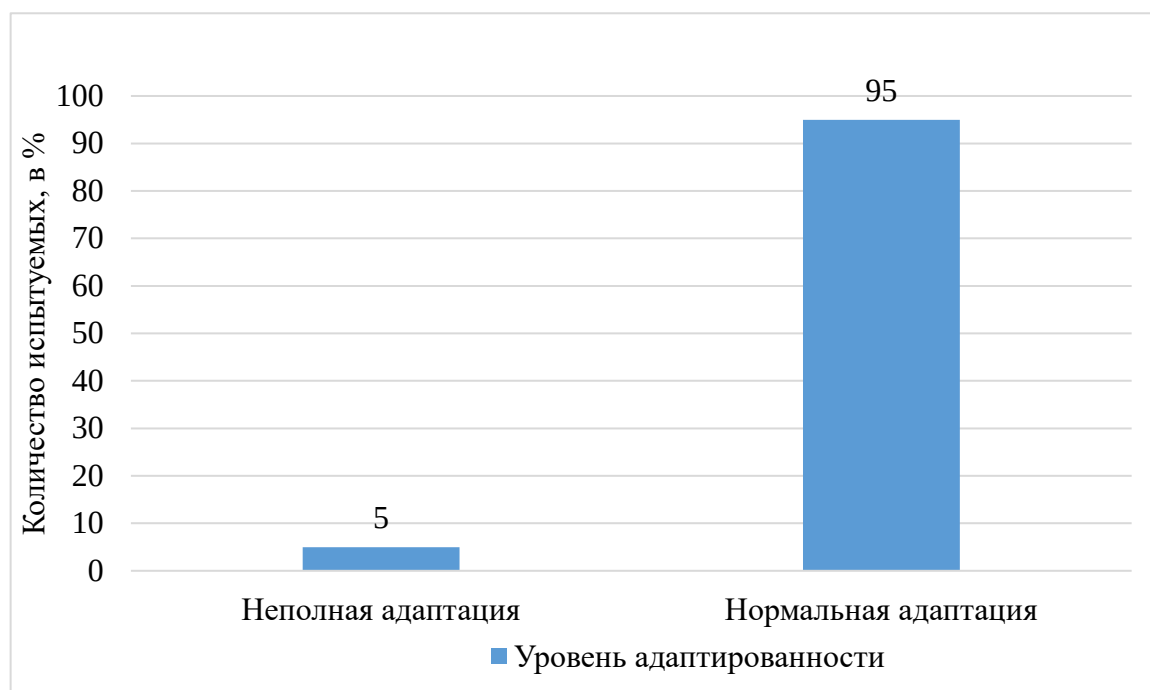


Рисунок 4 – Результаты диагностики уровня адаптированности первоклассника по методике «Экспертная оценка адаптированности ребенка к школе (для родителей) В.И. Чириков, О.Л. Соколова, О.В. Сорокина

5 % (1 человек) из испытуемых характеризуются неполной адаптированностью. По шкалам оценивания низкие баллы были набраны в вопросах об усвоении школьной программы, мотивации самостоятельного выполнения заданий, что может говорить о неустоявшемся учебно-познавательном мотиве первоклассника, замене на какой-либо непродуктивный мотив.

95 % (19 человек) испытуемых характеризуются нормальным уровнем адаптированности, позволяющей школьнику адекватно интегрироваться в условия образовательной организации.

Результаты исследования адаптации первоклассников к условиям образовательной организации по методике «Дерево» Л.П. Пономаренко представлены на рисунке 5 и в ПРИЛОЖЕНИИ 2, таблице 2.3.

По результатам диагностики 20 % (4 человека) испытуемых проявляют признаки дезадаптации, в большинстве своём схожие между собой. Испытуемые характеризуются выбором фигур, интерпретация которых иллюстрирует тревожное, отстранённое, замкнутое состояние, причинами которым могут быть ситуации неуспеха в учебном процессе, непринятие в обществе сверстников (коллективе одноклассников), конфликты, борьба мотивов внешних и внутренних. Такие обучающиеся могут демонстрировать незаинтересованность в учёбе, нежелание идти на контакт с одноклассниками, зажатость и закрытость собственных переживаний, что ещё более усложняет процесс адаптации.

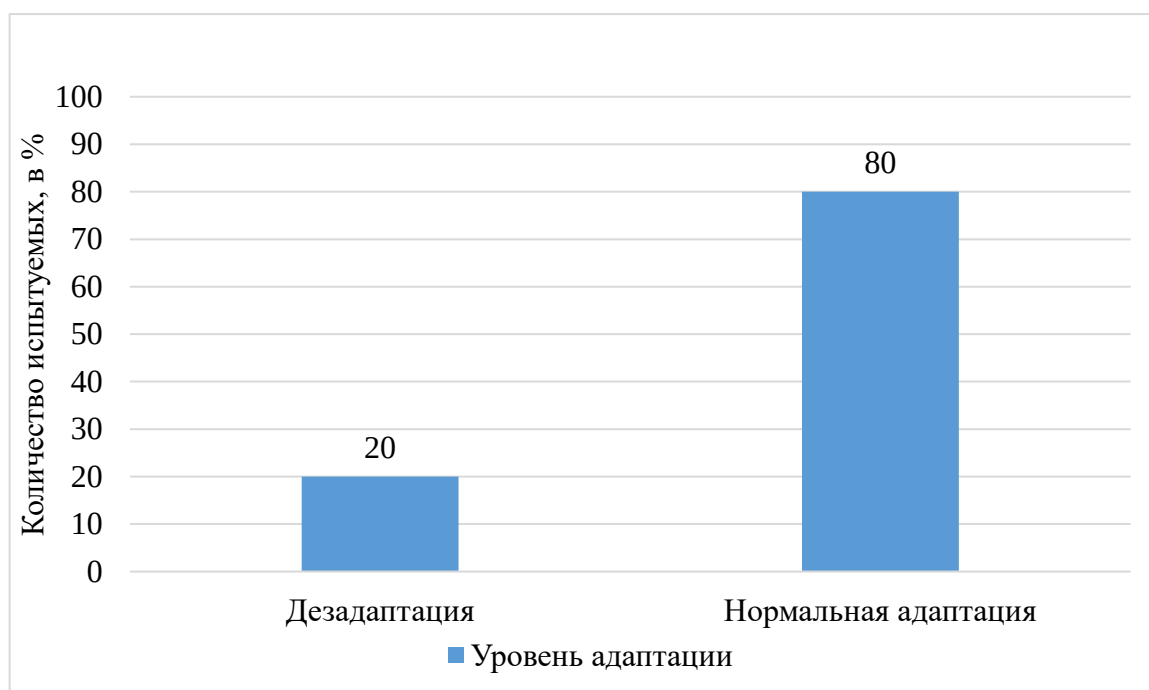


Рисунок 5 – Результаты диагностики уровня адаптации первоклассника по методике «Дерево» Л.П. Пономаренко

80 % (16 человек) испытуемых характеризуются нормальным уровнем адаптации, выбранные позиции иллюстрируют общительность и удовлетворённость социальным окружением, настрой на преодоление препятствий, стабильное эмоциональное состояние. Такие обучающиеся

имеют положительное отношение к школе, заинтересованность, способные стать опорой для эмоциональной регуляции и сохранения мотивации в обучении.

Исходя из результатов констатирующего эксперимента нами были отмечены целевые ориентиры психолого-педагогической программы сопровождения адаптации первоклассников, к которым относятся: развитие когнитивных процессов, способствующее наиболее эффективному усвоению учебной программы и диагностируемое с помощью шкал «эффективности учебной деятельности» и «успешность выполнения школьных заданий» методик «Изучение социально-психологической адаптации ребёнка в школе» Э.М. Александровская и «Экспертная оценка адаптированности ребёнка к школе» О.Л. Соколова, О.В. Сорокина, В.И. Чирков; развитие произвольного поведения в контексте следования школьным правилам поведения, диагностируемое с помощью шкалы вышеупомянутой методики Э.М. Александровской, а именно «усвоение школьных норм»; способствовать социализации обучающихся в группе сверстников, тем самым повлияв на состояние отвержения, отстранённости и замкнутости некоторых обучающихся по результатам диагностики по методике «Дерево» Л.П. Пономаренко.

В состав группы, с которой проводятся коррекционно-развивающие занятия войдут испытуемые как с низким, так и с нормальным уровнем адаптации по результатам диагностики. Этому решению способствовало несколько причин, одной из которых был запрос на психолого-педагогическое сопровождение адаптации обучающихся 1 «В» класса от классного руководителя и действующего педагога-психолога Муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Лицея №67» г. Челябинска». Развивающая работа с детьми, имеющими нормальный уровень адаптации по результатам диагностики направлена на развитие когнитивных процессов: памяти, произвольного внимания, логического мышления и т.д., позволяющее пролонгировано закрепить

процесс адаптации и направленное на ближайшую зону развития обучающихся.

Таким образом, нами была охарактеризована выборка, проанализированы результаты констатирующего эксперимента. По результатам диагностик большинство первоклассников характеризуется нормальным уровнем адаптации: по результатам методик «Изучение социально – психологической адаптации ребенка в школе» Э.М. Александровской (экспертная оценка учителя) – 60 % (12 человек), «Экспертная оценка адаптированности ребенка к школе (для родителей) В.И. Чириков, О.Л. Соколова, О.В. Сорокина – 95 % (19 человек), «Дерево» Л.П. Пономаренко – 80 % (16 человек).

Выводы по главе 2

Во второй главе нами был описан констатирующий эксперимент по выявлению уровня адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

В эксперименте приняли участие 20 испытуемых – 10 девочек и 10 мальчиков, обучающихся в 1 «В» классе Муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Лицей №67» г. Челябинска», посещающие группу продленного дня. Все дети соответствуют нормативному развитию, активные и дружелюбные.

В результате изучения психолого-педагогической литературы были подобраны методики, соответствующие поставленным задачам исследования. Был разработан план констатирующего эксперимента.

По результатам диагностики лишь малая часть испытуемых продемонстрировала результаты, соответствующие уровням дезадаптации или неполная адаптация: по методике «Изучение социально – психологической адаптации ребенка в школе» Э.М. Александровской (экспертная оценка учителя) – 5 % (1 человек) и 35 % (7 человек),

«Экспертная оценка адаптированности ребенка к школе (для родителей) В.И. Чириков, О.Л. Соколова, О.В. Сорокина – 5 % (1 человек) и «Дерево» Л.П. Пономаренко – 20 % (4 человека). Таким образом, большинство (от 60 % до 95 % в соответствии с результатами диагностики) первоклассников имеют оптимальный уровень адаптации, позволяющий социализироваться в новом коллективе, успешно усваивать учебную программу.

В соответствии с запросом педагога-психолога Муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Лицея №67» г. Челябинска» в группу испытуемых, посещающих коррекционно-развивающие занятия, войдут обучающиеся как с низким, так и с нормальным уровнем адаптации в целях минимизирования возможности обострения кризиса, закрепления нормального уровня адаптации, развитие когнитивных процессов.

ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К УСЛОВИЯМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

3.1 Программа психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников

Нами была разработана программа, направленная на психолого-педагогическое сопровождение первоклассников образовательной организации в период адаптации к школьным условиям.

Цель: повышение уровня адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

Задачи:

1. Способствовать усвоению школьной программы посредством развития логического мышления, памяти, внимания, мелкой моторики.
2. Развить навыки эмоциональной и поведенческой регуляции посредством ознакомления и обучения первоклассников правилам поведения в школе.
3. Способствовать установлению положительного психологического климата в классе посредством социализации обучающихся.

Принципы составления и реализации программы:

- принцип системности коррекционных, профилактических и развивающих задач;
- принцип единства коррекции и диагностики;
- принцип приоритетности коррекции каузального типа;
- деятельностный принцип коррекции;
- принцип учета возрастно-психологических и индивидуальных особенностей клиента;

- принцип комплексности методов психологического воздействия;

- принцип активного привлечения ближайшего социального окружения к участию в коррекционной программе;

- принцип возрастания сложности;

- принцип учета объема и степени разнообразия материала;

- принцип учета эмоциональной сложности материала.

Участники программы по сопровождению адаптации: обучающиеся 1 «В» класса Муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Лицея №67» г. Челябинска», посещающие группу продленного дня. Группа из 20 человек, из них 10 девочек и 10 мальчиков возрастом 7-8 лет. В состав группы, с которой проводились коррекционно-развивающие занятия вошли испытуемые как с низким, так и с нормальным уровнем адаптации по результатам диагностики.

Работа педагога-психолога в рамках сопровождения обучающихся в условиях образовательной организации предполагает реализацию нескольких видов психолого-педагогического воздействия, привлекая при этом всех субъектов образовательного процесса. В сопровождении адаптации первоклассников был использован комплексный подход, отраженный в таких видах деятельности:

1. Диагностическая деятельность.

Диагностика адаптации первоклассников осуществлялась с позиции таких субъектов образовательного процесса: обучающиеся, родители, педагог. Такой подход позволяет вовлечь большинство субъектов в процесс адаптации и получить более полную диагностическую картину особенностей протекания данного процесса. Диагностика осуществлялась с помощью подобранных методик, соответствующих целям исследования, а также общим требованиям валидности, надежности и стандартизации.

2. Коррекционно-развивающая деятельность была осуществлена непосредственно с обучающимися посредством проведения коррекционно-развивающих занятий.

3. Просветительская деятельность была реализована в работе с родителями первоклассников, составлении рекомендаций для них в целях повышения психологической грамотности в вопросе адаптации и особенностях её протекания, а также личном информировании о содержании разработанных рекомендаций посредством выступления на родительском собрании.

4. Профилактическая деятельность отражена в коррекционно-развивающей работе с обучающимися, в особенности с детьми, продемонстрировавшими нормальный уровень адаптации по результатам диагностики в целях минимизирования риска понижения уровня адаптации в дальнейшем, а также в составлении рекомендаций и ознакомлении с их содержанием педагога.

5. Консультационная деятельность. Были проведены консультационные беседы с классным руководителем, целью которых становилось обсуждение результатов диагностики, отслеживание прогресса в процессе реализации психолого-педагогического сопровождения, а также построение наиболее эффективных методов педагогического воздействия, способствующих положительному протеканию процесса адаптации.

Таким образом, нами была описана последующая коррекционно-развивающая деятельность психолого-педагога в рамках сопровождения адаптации первоклассников.

Структура и содержание коррекционно-развивающих занятий:

Длительность – 10 занятий (10 академических часов), периодичностью два раза в неделю, занимающая 1,5 месяца.

1. Диагностический блок.

Цель: диагностика уровня адаптации первоклассников, выявление факторов риска, планирование содержания коррекционно-развивающих занятий в соответствии с результатами диагностики.

Занятия блока: 1. «Знакомство».

2. Установление продуктивного контакта.

Цель: побуждение желания взаимодействовать, налаживание контакта, выстраивание атмосферы сотрудничества, снятие тревожности.

Занятия блока: 2. «Говорим о школе».

3. Коррекционно-развивающий блок.

Цель: психологическое воздействие, направленное на формирование полноценной адаптации обучающегося.

Занятия блока: 3. «Я могу управлять настроением!», 4. «Логическое мышление», 5. «Память», 6. «Моя школа», 7. «Конфликты», 8. «Зачем учиться в школе?», 9. «Повторение».

4. Блок оценки эффективности коррекционно-развивающих воздействий.

Цель: отслеживание динамики в развитии психических процессов, выявление степени эффективности коррекционно-развивающих занятий.

Занятия блока: 10. «Заключительное занятие».

Используемые методики, технологии и инструментарий:

Методики исследования:

1. «Изучение социально-психологической адаптации ребёнка в школе» (экспертная оценка учителя) Э. М. Александровская.

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

3. «Дерево» Л. П. Пономаренко.

Данные методики позволяют определить актуальный уровень адаптации обучающихся на начальном этапе психолого-педагогической работы, а также отследить качественные изменения при реализации

коррекционно-развивающей деятельности при психолого-педагогическом сопровождении адаптации первоклассников.

Технологии психолого-педагогической работы в период реализации коррекционно-развивающей деятельности по сопровождению адаптации основаны на психологических особенностях детей младшего школьного возраста:

- здоровьесберегающая, реализованная в занятиях в виде смены деятельности, необходимой для детей младшего школьного возраста, подвижных разминок;
- технология личностно-ориентированного обучения, включающая в себя адаптацию к потребностям обучающегося, учёте индивидуальных особенностей;
- игровая технология, представляющая собой совокупность методов, направленных на коррекционное воздействие посредством игровой деятельности.

Нормативно-правовые основания программы:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования».

Инструментарий:

Комплексная развивающая психолого-педагогическая программа «Грамотейка» / С. Н. Сюрин, Н. И. Макарова, К. В. Пехова, О. С. Леонова, А. А. Чернышева, О. В. Сюрица // Всероссийский конкурс лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде, 2021. – 220 с.

Работа психолога в начальной школе : учеб. пособие / М. Р. Битянова, Т. В. Азарова, Е. И. Афанасьева, Н. Л. Васильева. – Москва : Совершенство, 1998. – 341 с. – ISBN 5-8089-0006-9.

Сферы ответственности, прав и обязанностей участников программы психолого-педагогического сопровождения: педагог-психолог разделяет ответственность за результат и успешность программы с родителем обучающегося. Педагог-психолог ответственен за качественную разработку и реализацию программы сопровождения, в то время как родитель несёт ответственность за следование рекомендациям, выделенными педагогом-психологом.

Материально-техническая оснащённость образовательной организации: меловая доска, проектор, стационарный компьютер.

Коррекционно-развивающая деятельность в рамках психолого-педагогического сопровождения адаптации была реализована в срок с 01.11.25 по 15.12.25 г. За данный период было реализовано 10 занятий.

Ожидаемые результаты реализации программы по сопровождению: в ходе проведения программы сопровождения участники занятий должны овладеть компетенциями, способствующими обеспечению нормального уровня адаптации к условиям образовательной организации, а именно:

- владеть навыками осмысленного запоминания, концентрации внимания, основами логического мышления;
- уметь регулировать собственное поведение и эмоциональные состояния;
- знать правила поведения в школе и уметь им следовать;
- знать способы выстраивания и уметь выстроить товарищеские отношения с одноклассниками;
- обладать выраженной учебно-познавательной мотивацией в усвоении школьной программы.

Качественными критериями эффективности реализации психолого-педагогической программы по сопровождению адаптации первоклассников будут являться результаты повторной диагностики в оценке сдвига результатов, а также наблюдения педагога-психолога, содержание обратной связи от участников занятий, их родителей, других педагогов.

Содержание занятий:

Занятие 1. Тема: «Знакомство».

Цель: установление контакта, проведение диагностики уровня адаптации.

Задачи:

1. Продиагностировать и определить уровень адаптации обучающихся.
2. Планирование коррекционно-развивающей программы на основе результатов диагностики.
3. Создание атмосферы сотрудничества, мотивирование на дальнейшую работу.

Вводная часть занятия: выполнение упражнения на знакомство «Алфавит», обсуждение целей занятия.

Основная часть занятия: диагностика уровня адаптации с помощью методики «Дерево» Л.П. Пономаренко, выполнение упражнений «Вежливые слова», «Я сегодня вот такой!», разминки «Кочки, дорожки, копна, тропинки», «Придумать слова с заданной буквы».

Заключительная часть занятия: выполнение упражнения «Совместный рисунок», рефлексия.

Контрольные вопросы: «Что нового вы узнали на занятии?», «Удалось ли нам познакомиться?».

Занятие 2. Тема: «Говорим о школе».

Цель: развитие внимания, памяти, логики; актуализация знаний о школе.

Задачи:

1. Способствовать развитию таких психических процессов, как внимание, память и логическое мышление.

2. Актуализировать знания обучающихся о школьных правилах и атрибутах школьной жизни.

Вводная часть занятия: упражнение «Загадки о школе», настрой на работу.

Основная часть занятия: Выполнение упражнений «Корректор. Дорисуй», разминка «Марш», «Что сначала, что потом», «Инопланетяне».

Заключительная часть занятия: обсуждение целей занятия, получение обратной связи.

Контрольные вопросы: «Что нового вы узнали на занятии?», «Что вам понравилось больше всего?», «Что у вас не получилось и как это исправить?».

Занятие 3. Тема: «Я могу управлять настроением!».

Цель: развитие памяти, концентрации внимания; овладение навыками адекватного переживания плохого настроения.

Задачи:

1. Развить такие психические процессы, как память и произвольное внимание.

2. Научить способам справляться с плохим настроением и организовать деятельность по их овладению.

Вводная часть занятия: выполнение упражнения «Эстафета хороших новостей», обсуждение целей занятия.

Основная часть: выполнение упражнений «Корректор», «Слушаем и рисуем», подвижной разминки «Лесные зверята», «Три настроения», «Мусорное ведро».

Заключительная часть занятия: обсуждение достигнутых целей, рефлексия, резюмирование, обратная связь.

Контрольные вопросы: «Каким образом вы теперь можете справиться с плохим настроением?», «Было ли полезно узнать новый способ?», «Кому из близких вы про него расскажете?».

Занятие 4. Тема «Логическое мышление».

Цель: развитие общей осведомленности, логического мышления, концентрации внимания, навыков счёта.

Задачи:

1. Развить такие психические процессы, как произвольное внимание, логическое мышление.

2. Способствовать развитию навыков счёта и общей осведомленности.

Вводная часть занятия: выполнение упражнения «Назови по признаку», обсуждение целей занятия.

Основная часть: выполнение упражнений «Корректор», разминки «Замок», «Логические загадки», «Сосчитай».

Заключительная часть занятия: обсуждение достигнутых целей, рефлексия, резюмирование, обратная связь.

Контрольные вопросы: «Что нового вы узнали на занятии?», «Что вам понравилось больше всего?», «Что у вас не получилось и как это исправить?».

Занятие 5. Тема: «Память».

Цель: развитие слуховой памяти, концентрации внимания, логического мышления.

Задачи:

1. Развить такие психические процессы, как произвольное внимание, логическое мышление, память.

Вводная часть занятия: объяснение игры «Царевна-лягушка», обсуждение целей занятия.

Основная часть: выполнение упражнений «Корректор», «Минутка», «Слушаем и рисуем», разминки «Ветер дует нам в лицо», «Развиваем смысловую память», «Ребусы».

Заключительная часть занятия: обсуждение достигнутых целей, рефлексия, резюмирование, обратная связь.

Контрольные вопросы: «Что нового вы узнали на занятии?», «Что вам понравилось больше всего?», «Что у вас не получилось и как это исправить?».

Занятие 6. Тема: «Моя школа».

Цель: развитие концентрации внимания, логического мышления, навыков счёта; формирование положительного восприятия школьного обучения.

Задачи:

1. Развить такие психические процессы, как произвольное внимание, логическое мышление, счёт.
2. Способствовать положительному восприятию обучения в школьных условиях.

Вводная часть занятия: приветствие, обсуждение целей занятия.

Основная часть: выполнение упражнений «Корректор», «Загадки на логику», разминка «Звуковые прятки», «Примеры с картинками», «Для чего ходят в школу?», аппликация «Моя школа».

Заключительная часть занятия: обсуждение достигнутых целей, рефлексия, резюмирование, обратная связь.

Контрольные вопросы: «Что нового вы узнали на занятии?», «Что вам понравилось больше всего?», «Что у вас не получилось и как это исправить?».

Занятие 7. Тема: «Конфликты».

Цель: развитие концентрации внимания, памяти; обучение способам решения конфликтов.

Задачи:

1. Развить такие психические процессы, как произвольное внимание, память.

2. Ознакомить и организовать деятельность по усвоению способов решения конфликтов.

Вводная часть занятия: выполнение упражнения «Эстафета хороших известий», обсуждение целей занятия.

Основная часть: выполнение упражнений «Корректор», «Я помню», «Графический диктант», разминки «Урок и перемена», обсуждение конфликтов, причин возникновения, способов решения, практическое разрешение конфликтных ситуаций.

Заключительная часть занятия: обсуждение достигнутых целей, рефлексия, резюмирование, обратная связь.

Контрольные вопросы: «Что нового вы узнали на занятии?», «Как вы теперь можете решать конфликты?».

Занятие 8. Тема: «Зачем учиться в школе?».

Цель: развитие концентрации внимания, учебной мотивации.

Задачи:

1. Развить такой психический процесс, как произвольное внимание.

2. Способствовать формированию учебно-познавательной мотивации.

Вводная часть занятия: выполнение упражнения «Мне нравится в школе...», обсуждение целей занятия.

Основная часть: выполнение упражнений «Корректор», «Графический диктант», разминка «Четыре стихии», «Быстрота реакции», обсуждение стихотворения С.Я. Маршака «Кот и лодыри».

Заключительная часть занятия: обсуждение достигнутых целей, рефлексия, резюмирование, обратная связь.

Контрольные вопросы: «Что нового вы узнали на занятии?», «Достигли ли вы новых результатов?».

Занятие 9. Тема: «Повторение».

Цель: развитие логического мышления, учебной мотивации, мелкой моторики.

Задачи:

1. Развить логическое мышление, мелкую моторику.
2. Способствовать формированию учебно-познавательной мотивации.

Вводная часть занятия: обсуждение целей занятия.

Основная часть: выполнение упражнений «Логические концовки», «Корректор», разминка «4 стихии», «Мотивы моей учёбы», оригами «Лисичка».

Заключительная часть занятия: обсуждение достигнутых целей, рефлексия, резюмирование, обратная связь.

Контрольные вопросы: «Что нового вы узнали на занятии?», «Достигли ли вы новых результатов?».

Занятие 10. Тема: «Заключительное занятие».

Цель: развитие произвольного внимания, учебной мотивации, мелкой моторики; проведение повторной диагностики уровня адаптации.

Задачи:

1. Развить произвольное внимание, мелкую моторику.
2. Способствовать формированию учебно-познавательной мотивации.
3. Осуществить повторную диагностику уровня адаптации.

Вводная часть занятия: обсуждение целей занятия, опрос на тему «Что поможет мне учиться?».

Основная часть: выполнение упражнений «Корректор», «Найди слово», разминка «Сделай как скажу, а не покажу», оригами «Зайчик», диагностика уровня адаптации с помощью методики «Дерево» Л.П. Пономаренко.

Заключительная часть занятия: обсуждение достигнутых целей, рефлексия, резюмирование, обратная связь.

Контрольные вопросы: «Что нового вы узнали на занятии?», «Достигли ли вы новых результатов?».

Таким образом, нами была охарактеризована психолого-педагогическая программа по сопровождению адаптации первоклассников, раскрыты особенности разработанной коррекционно-развивающей деятельности, а именно: её цель, задачи, принципы, участники, структура и содержание, обозначены методики, технологии, а также описано содержание занятий.

3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования

Исследование реализовывалось поэтапно, в соответствии с определёнными целями и задачами. Первоочерёдно была реализована диагностическая работа с субъектами образовательного процесса: учителя, родителей и непосредственно обучающихся. На основании результатов диагностики был разработан коррекционно-развивающий этап в психолого-педагогическом сопровождении адаптации первоклассников. Реализация коррекционно-развивающей деятельности осуществлялась в период с 01.11.25 по 15.12.25 г., в течение которого было проведено 10 занятий. После осуществления данного этапа сопровождения была проведена повторная диагностика и математико-статистический анализ результатов в целях оценки эффективности психолого-педагогической деятельности и разработанной программы сопровождения.

Нами была определена экспериментальная выборка, состоящая из обучающихся 1 «В» класса Муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Лицея №67 г. Челябинска». Объём выборки 20 человек, из них 10 девочек и 10 мальчиков. Возраст испытуемых от 7 до 8 лет. Детей с особенностями эмоционально-волевой сферы нет.

Анализ результатов формирующего эксперимента.

На рисунке 6 и таблице 4.1 (ПРИЛОЖЕНИЕ 4) проиллюстрированы результаты диагностики уровня социально-психологической адаптации по методике «Изучение социально – психологической адаптации ребенка в школе» Э.М. Александровской (экспертная оценка учителя) до и после реализации программы по сопровождению адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

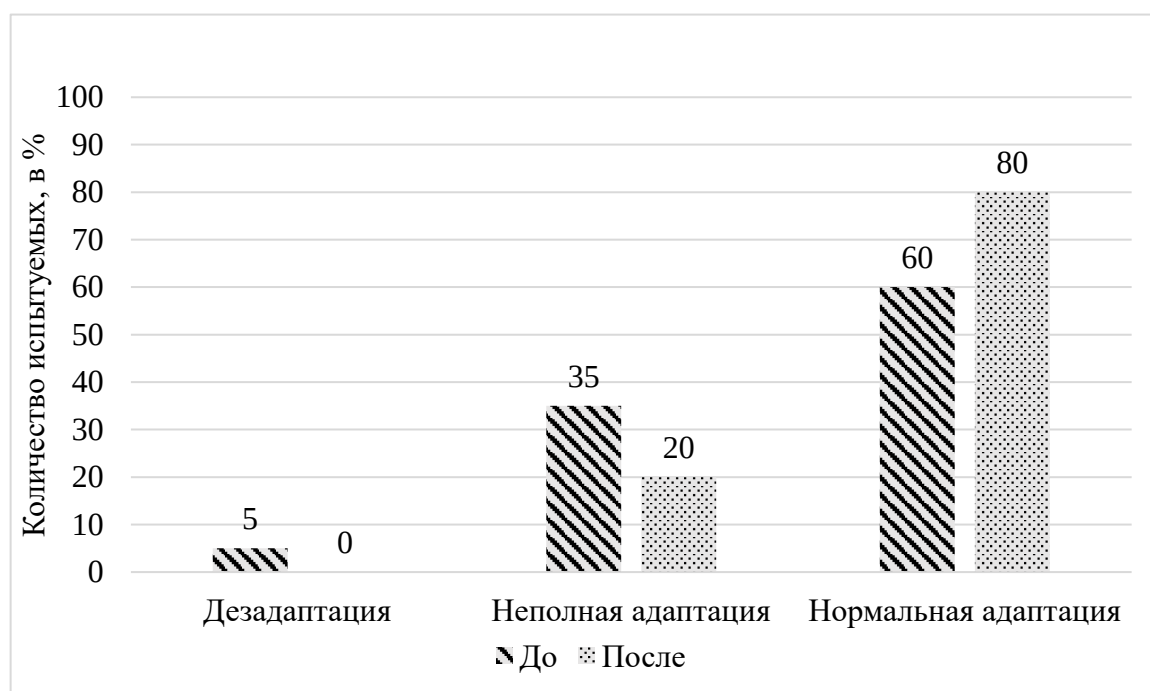


Рисунок 6 – Результаты диагностики уровня социально-психологической адаптации первоклассников по методике «Изучение социально – психологической адаптации ребенка в школе» Э.М. Александровской (экспертная оценка учителя) до и после реализации программы

Обучающихся с нормальным уровнем социально-психологической адаптации оказалось 80 % (16 человек), что на 20 % больше, чем до реализации коррекционно-развивающей программы. 20 % (4 человека) характеризуются неполной адаптацией. Обучающихся с результатом дезадаптации не оказалось – 0 %. Число обучающихся с дезадаптацией уменьшилось на 5 %, с подобной динамикой снизилось на 15 % число обучающихся, продемонстрировавших неполный уровень адаптации.

По результатам диагностики низкие баллы учителем выставлялись преимущественно по шкале усвоения школьных норм, показатели которой повысились после реализации программы сопровождения, что приводит к выводу о том, что одна из задач, заключающаяся в ознакомлении и научении первоклассников правилам поведения в школе, выполнена. На данный результат повлияли задания, развивающие произвольное поведение и регуляцию эмоционального состояния, а также игры на повторение правил поведения.

Можно сделать вывод, что реализация программы по сопровождению способствовала формированию адаптации первоклассников к образовательной организации, аспектами которой являются оптимальный уровень развития памяти, мышления, внимания, способности к регуляции произвольного поведения, следование школьным правилам, социализация среди сверстников.

Результаты диагностики уровня адаптированности первоклассников по методике «Экспертная оценка адаптированности ребенка к школе (для родителей) В.И. Чириков, О.Л. Соколова, О.В. Сорокина, представлены на рисунке 7 и таблицы 4.2 (ПРИЛОЖЕНИЕ 4)

По результатам повторной диагностики обучающихся с неполной адаптированностью в экспериментальной выборке не оказалось – 0 %. Число обучающихся с нормальной адаптацией – 100 % (20 человек), что на 5 % выше, чем до реализации программы. Число первоклассников с неполной адаптацией уменьшилось на 5 % соответственно.

Основные критерии, изменения которых были отмечены в баллах соответствовали шкалам усвоения школьной программы и мотивации самостоятельного выполнения заданий. Можно предположить, что программа психолого-педагогического сопровождения способствовала становлению учебно-познавательного мотива. На это могли повлиять упражнения и игры, целью которых были создание положительного

восприятия школьного обучения, учебно-познавательной мотивации, а также беседы о значимости школьного обучения.

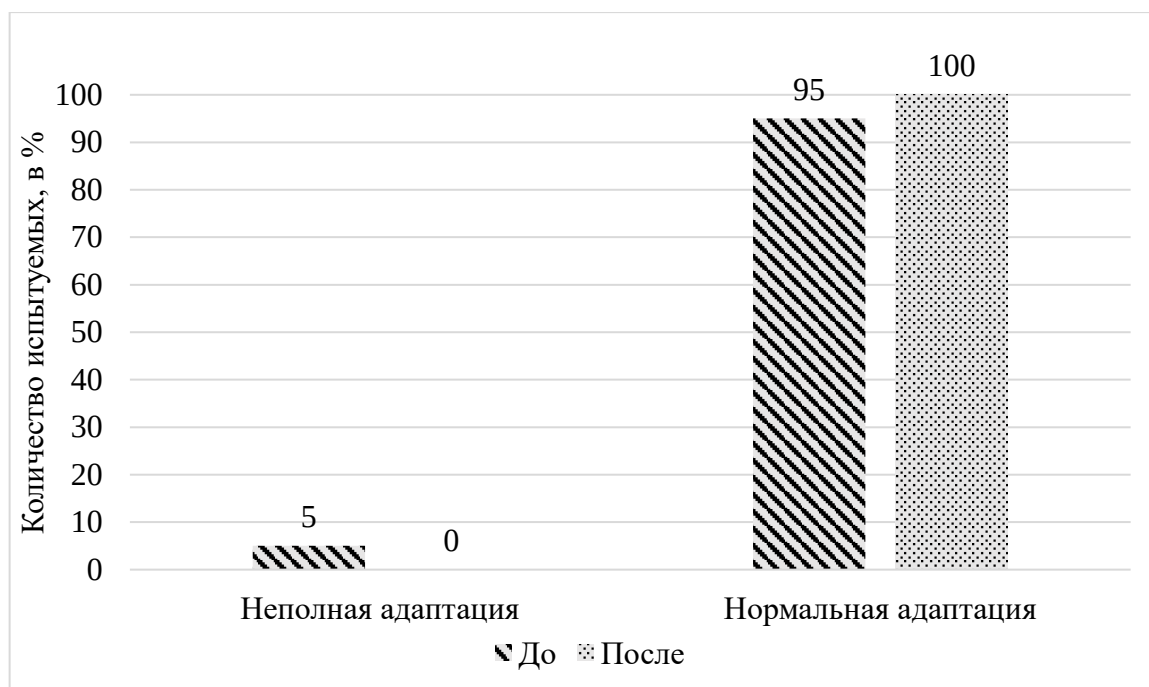


Рисунок 7 – Результаты диагностики уровня адаптированности первоклассников по методике «Экспертная оценка адаптированности ребенка к школе (для родителей) В.И. Чириков, О.Л. Соколова, О.В. Сорокина до и после реализации программы

Можно сделать, вывод, что после психолого-педагогического вмешательства родителями обучающихся был отмечен положительный результат в формировании адаптации.

Результаты исследования адаптации первоклассников к условиям образовательной организации до и после реализации программы по методике «Дерево» Л.П. Пономаренко представлены на рисунке 8 и в ПРИЛОЖЕНИИ 4, таблице 4.3.

По результатам диагностики обучающихся с результатом дезадаптации оказалось 10 % (2 человека), что на 10 % меньше, чем до реализации программы. Уровень нормальной адаптации продемонстрировали 90 % (18 человек) обучающихся, что, соответственно, на 10 % больше, результатов констатирующего эксперимента.

Особенностью данной методики является возможность оценить психологическое состояние ребёнка. По результатам диагностики мы

видим, что негативные психологические состояния, выражающиеся в тревоге и отвержении, снизились, на что могли повлиять игры и упражнения, нацеленные на сплочение группы, понимание правил школьной жизни и создание положительного восприятия обучения.

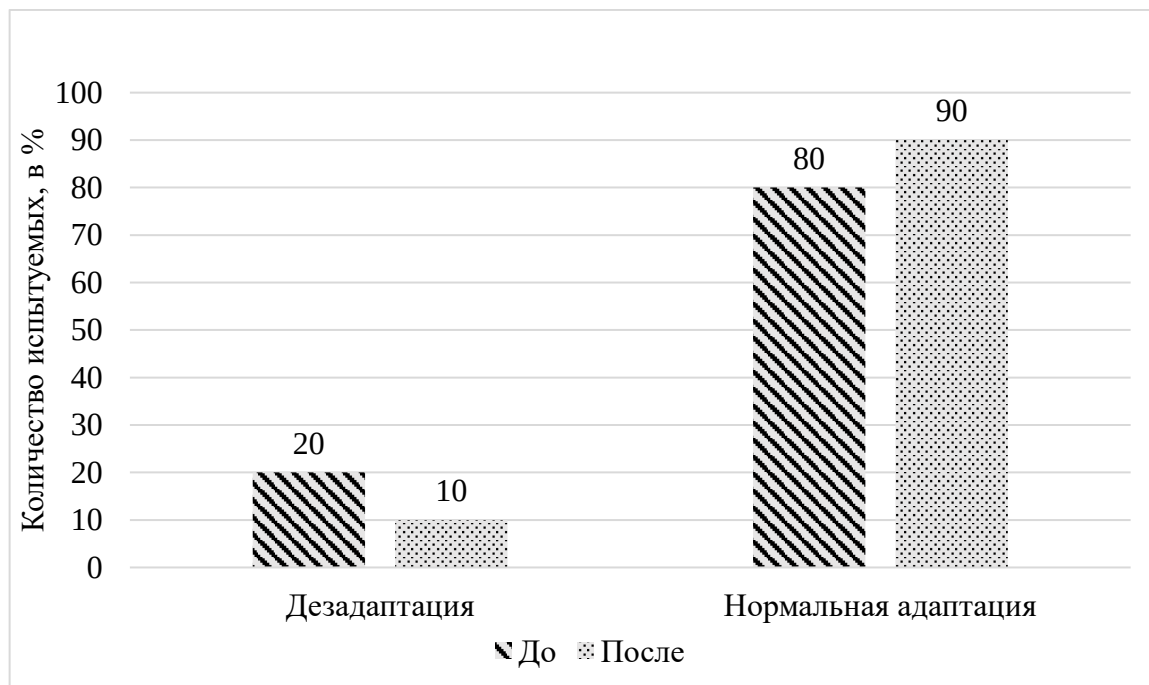


Рисунок 8 – Результаты диагностики уровня адаптации первоклассников по методике «Дерево» Л.П. Пономаренко до и после реализации программы

Данный результат приводит к выводу о том, что после реализации программы число обучающихся, имеющих негативное представление о школе, испытывающих тревогу и отвержение сверстников уменьшилось, что способствовало формированию адекватной адаптации.

Математико-статистическая обработка.

С целью проверки гипотезы о том, что уровень адаптации первоклассников изменится, если: разработать модель психолого-педагогического сопровождения, состоящего из теоретического, диагностического, коррекционно-развивающего и аналитического блоков; разработать и реализовать программу психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников, включающую беседы, игры, психогимнастические упражнения, был использован Т-критерий

Вилкоксона. Расчёт Т-критерия Вилкоксона по результатам диагностики Э.М. Александровская «Изучение социально-психологической адаптации в школе» (экспертная оценка):

H_0 : Интенсивность сдвигов в направлении повышения уровня адаптации обучающихся не превосходит интенсивность сдвигов в направлении понижения показателей уровня адаптации.

H_1 : Интенсивность сдвигов в направлении повышения уровня адаптации обучающихся превосходит интенсивность сдвигов в направлении понижения показателей уровня адаптации.

Выполним расчёт критерия по формуле (1).

$$T_{\text{эмп}} = \sum R_t = 13 + 13 + 2,5 + 7,5 = 36 \quad (1)$$

где $T_{\text{эмп}}$ – эмпирическое значение Т-критерия Вилкоксона,

R_t – ранги нетипичных сдвигов».

Сопоставим эмпирическое значение критерия с критическими значениями для соответствующего объема выборки.

Критические значения Т-критерия Вилкоксона для $n=17$:

$$T_{\text{кр}} = 25 \quad (p \leq 0,01),$$

$$T_{\text{кр}} = 41 \quad (p \leq 0,05).$$

Ось значимости:

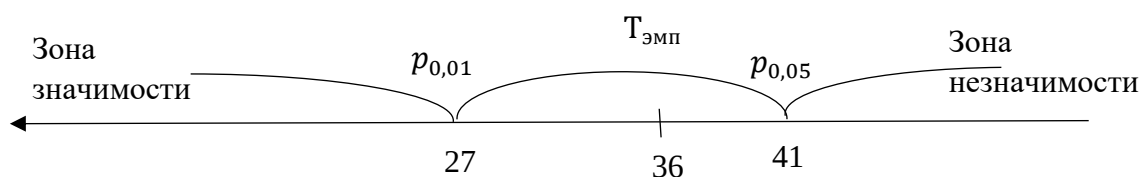


Рисунок 9 – Ось значимости Т-критерия Вилкоксона по методике «Изучение социально-психологической адаптации ребёнка в школе» (экспертная оценка учителя) Э.М. Александровская

$P_{0,05} \leq T_{\text{эмп}} \leq p_{0,01}$. Принимаем альтернативную гипотезу при уровне значимости $p=0,05$: интенсивность сдвигов в направлении повышения уровня адаптации обучающихся не превосходит интенсивность сдвигов в направлении понижения показателей уровня адаптации.

Данный расчёт подтверждает гипотезу о том, что возможно, уровень адаптации изменится, если: разработать и реализовать модель психолого-педагогической коррекции, состоящей из теоретического, диагностического, коррекционно-развивающего и аналитического блоков; разработать и реализовать программу психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников, включающую беседы, игры, психогимнастические упражнения.

Расчёт Т-критерия Вилкоксона по результатам методики В.И. Чириков, О.Л. Соколова, О.В. Сорокина «Экспертная оценка адаптированности ребенка к школе (для родителей).

H_0 : Интенсивность сдвигов в направлении повышения уровня адаптации обучающихся не превосходит интенсивность сдвигов в направлении понижения показателей уровня адаптации.

H_1 : Интенсивность сдвигов в направлении повышения уровня адаптации обучающихся превосходит интенсивность сдвигов в направлении понижения показателей уровня адаптации.

Выполним расчёт критерия по формуле (2).

$$T_{\text{эмп}} = 4 + 4 + 4 + 4 = 16 \quad (2)$$

где $T_{\text{эмп}}$ – эмпирическое значение Т критерия Вилкоксона,

R_t – ранги нетипичных сдвигов».

Сопоставим эмпирическое значение критерия с критическими значениями для соответствующего объема выборки.

Критические значения Т-критерия Вилкоксона для $n=17$:

$$T_{\text{кр}} = 25 \quad (\rho \leq 0,01),$$

$$T_{\text{кр}} = 41 \quad (\rho \leq 0,05).$$

$T_{\text{эмп}} < T_{\text{кр}}$, принимаем H_1 , в соответствии с которой интенсивность сдвигов в направлении повышения уровня адаптации обучающихся не превосходит интенсивность сдвигов в направлении понижения показателей уровня адаптации.



Рисунок 10 – Ось значимости Т-критерия Вилкоксона по методике «Экспертная оценка адаптированности ребёнка к школе» О.Л. Соколова, О.В. Сорокина, В.И. Чирков

Таким образом, результаты данного расчёта также доказывает гипотезу, выдвинутую нами и демонстрирует эффективность разработанной и впоследствии реализованной коррекционно-развивающей программы.

Математический анализ результатов методики «Дерево» Л.П. Пономаренко реализуется с применением коэффициента углового преобразования Фишера в таблице 1 и таблицы 4.6 в ПРИЛОЖЕНИИ 4, так как выбранная методика демонстрирует исключительно качественный, а не количественный результат.

Таблица 1 – Расчёт углового преобразования Фишера по методике «Дерево Л.П. Пономаренко

	Норма адаптации		Неполная адаптация		Сумма, чел.
1. До реализации программы	16	80 %	4	20 %	20
2. После реализации программы	18	90 %	2	10 %	20

Гипотезы:

H_0 : Доля обучающихся с нормальным уровнем адаптации в выборке до реализации программы не больше, чем в выборке обучающихся после реализации программы.

H_1 : Доля обучающихся с нормальным уровнем адаптации в выборке до реализации программы больше, чем в выборке обучающихся после реализации программы.

Рассчитываем угловое преобразование Фишера по формуле (3).

$$\varphi^* = (\varphi_1 - \varphi_2) \times \sqrt{\frac{n_1 \times n_2}{n_1 + n_2}} \quad (3)$$

Где φ_1 – угол с большей % долей;

Φ_2 – угол с меньшей % долей;

N_1 – количество наблюдений в выборке 1;

N_2 – количество наблюдений в выборке 2.

$\Phi^*_{\text{эмп}} = 0,9$.

$P_{0,05}=1,56$; $P_{0,01}=2,07$.

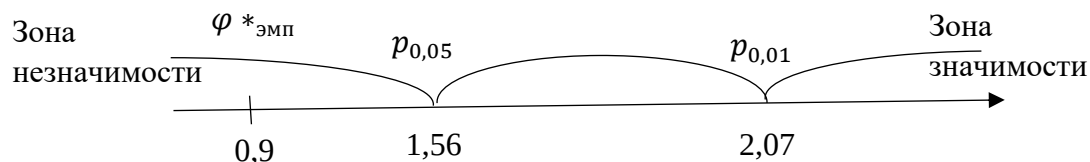


Рисунок 11 – Ось значимости ϕ^* – углового преобразования Фишера по методике «Дерево» Л.П. Пономаренко

$\Phi^*_{\text{эмп}} < \Phi_{\text{кр}}$, принимаем H_0 : доля обучающихся с нормальным уровнем адаптации в выборке до реализации программы не больше, чем в выборке обучающихся после реализации программы.

Несмотря на видимый результат по показателям диагностики, сдвиг на 10 % (2 человека) испытуемых является статистически не значимым, а также не зависящим от разработанной и реализованной психолого-педагогической программы по сопровождению адаптации. Данный статистически незначимый сдвиг может быть продиктован факторами, выходящими за пределы образовательного учреждения и рамок психолого-педагогического сопровождения, такими как, обстановка в семье и происходящие в ней события, затруднения на дополнительных секциях, общении с окружающими и т.д. Также, возможно, разработанная нами программа не в полной мере способствовала снижению тревожности первоклассника, что станет для нас стимулом для совершенствования программы сопровождения.

Таким образом, нами были реализованы коррекционно-развивающие занятия в рамках сопровождения адаптации первоклассников, проведена повторная диагностика, по результатам которой количество испытуемых с нормальным уровнем адаптации возросло (от 5 до 20 %). С помощью

математико-статистических методов удалось частично установить значимость и закономерность сдвига результатов диагностики в соответствии с воздействием реализованной программы. Гипотеза исследования частично доказана.

3.3 Рекомендации педагогам и родителям по сопровождению адаптации первоклассников к условиям образовательной организации

Формулирование рекомендаций субъектам образовательного процесса является неотъемлемой частью психолого-педагогического сопровождения. Обсуждение рекомендаций способствует закреплению результата развития психических процессов в рамках коррекционно-развивающего блока психолого-педагогического сопровождения и нацелены на изменение прошлых, неэффективных способов поведения в целях поддержки полученного результата.

Рекомендации предоставляются родителям в рамках просветительской деятельности в виде памяток, буклетов, обсуждений на родительских собраниях, рекомендованной литературы. Обсуждение рекомендаций, а также формирование мотивации у родителей им следовать – очень важный фактор успешности в психолого-педагогическом сопровождении. Помимо работы педагога-психолога в рамках образовательной организации на развитие ребёнка влияют множество факторов, к которым относится воспитание, обстановка в родительском доме, отношения с родителями. Комплексный подход, включающий в себя активное участие родителей в процессе сопровождения становится фактором, повышающим вероятность благоприятного исхода коррекционно-развивающей работы.

Содержание рекомендаций для родителей в вопросе адаптации нацелено на закрепление таких психических процессов ребёнка, как произвольное поведение и регуляция эмоциональных состояний,

идентификации себя с ролью школьника, учебно-познавательной мотивации.

Рекомендации, сформулированные педагогом-психологом для родителей во время адаптационного периода первоклассника, могут быть такими:

1. Составление и следование распорядку дня. Целью становится не только развитие дисциплинированности и организованности, но и забота о здоровье ребёнка младшего школьного возраста. Важно, чтобы первоклассник спал не менее 10 часов в сутки. Помимо учёбы важно уделять время отдыху, прогулкам, спорту, семейному времяпровождению, играм с друзьями. Выполнять домашнее задание следует в одно и то же время, в спокойной обстановке.

2. Если процесс адаптации даётся ребёнку нелегко, то важно не усугубить ситуацию перегрузкой организма и психики. Ситуация поступления в школу является большим стрессом для ребёнка младшего школьного возраста. У первоклассника должно быть время для отдыха вне школьных занятий, дополнительных секций и выполнения домашнего задания. Внимательно относитесь к жалобам первоклассника о самочувствии, проследите, всё ли он успевает сделать – порой бережнее будет сделать шаг назад, посещать секции вновь можно будет после полноценной адаптации, например, со второго класса [64, с. 316].

3. В первое время первокласснику необходима помощь в организации учебной деятельности, однако это не значит, что собирать портфель, готовить домашнее задание, спортивную форму должны вы вместо ребёнка. Это значит, что первые дни ребёнку нужно показать, как готовиться к школе, а несколько первых месяцев контролировать самостоятельную подготовку ребёнка.

4. Обсуждайте с ребёнком правила и нормы поведения в школе, включайтесь в диалог, когда ребёнок рассказывает про трудности или особенности школьной жизни. Объяснение необходимости и согласие со

школьными правилами способствуют пониманию и принятию ребёнком новой школьной жизни.

5. С началом школьной жизни у ребёнка появляется новая значимая фигура – учитель. Поддерживайте уважительное отношение к нему и не критикуйте при ребёнке школу или учителя.

6. Искренне интересуйтесь не только о домашнем задании и успешности освоения программы, но и об остальных аспектах школьной жизни ребёнка. Важно говорить о переживаниях первоклассника, его отношений с одноклассниками, конфликтах и успехах.

7. Адекватно относитесь к ошибкам ребёнка и учите его адекватно относиться к своим ошибкам. Ошибаться в процессе обучения – нормально, важно работать над своими ошибками. Моральная и эмоциональная поддержка даст стойкую опору ребёнку в мотивации достижения успеха.

8. Не сравнивайте своего ребёнка с другими детьми, это может негативно сказаться на самооценке первоклассника. Эффективнее всего сравнивать ребёнка с ним же, подмечая то, как он справляется с трудностями и как осваивает новые навыки, «растёт над собой».

9. Поддерживайте и хвалите первоклассника за достижения, пусть и самые небольшие. Это поможет первокласснику обрести стабильную самооценку, которая поможет быстрее привыкнуть к новым условиям.

10. Если вас беспокоят поведение, жалобы, неудачи в учёбе у первоклассника – обратитесь к учителю или педагогу-психологу за помощью. Таким образом можно будет вовремя помочь ребёнку с трудностями.

11. Ребёнку младшего школьного возраста тяжело долгое время концентрировать внимание, поэтому если вы видите, что первокласснику тяжело даётся выполнение домашнего задания – вовлекайте его в подвижную разминку каждые 20 минут. Можно попрыгать на месте 10 раз, побегать или устроить танцевальную паузу. Такой подход снимает

напряжение и усталость ребёнка и помогает эффективнее выполнять учебные задания.

12. Рассказывайте ребёнку о существующих профессиях, что для их освоения нужно знать и уметь, вовлекайте его в ролевые игры, в которых ребёнок сам может примерить на себя обязанности профессии в игровой форме. Это может способствовать заинтересованности и осмысленности в обучении первоклассника, приобретением мотивации.

Рекомендации для педагогов реализуются в профилактической деятельности педагога-психолога. Совместные усилия и согласованные действия специалистов благоприятно способствуют на результат в вопросе сопровождения адаптации.

Содержание рекомендаций для педагогов и классных руководителей по вопросам адаптации первоклассников основано на совместном с педагогом-психологом стремлении обеспечить максимально полное усвоение школьной программы обучающимся, полноценное развитие и воспитание личности, благоприятную психологическую атмосферу и социализацию в коллективе.

Рекомендации педагога-психолога для педагогов в вопросе адаптационного процесса первоклассников могут нести следующий характер:

1. Обеспечить оптимальный процесс физиологической адаптации, т.е. помнить, что длительное напряжение, утомление и переутомление могут стоить ребенку здоровья. Таким образом, необходимо: обеспечить своевременную смену видов деятельности; не давать задания, требующие длительного сосредоточения взгляда на одной деятельности, монотонных движений; преимущественно организовывать деятельность с практическими действиями с предметами, работе с наглядностью.

2. Уделять внимание детям, имеющим трудности в адаптации, проводить систематически совместную работу, предлагать задания с упором на развитие слабых сторон.

3. Обеспечить дифференцированный и индивидуальный подход к детям, имеющим особенности в психофизическом развитии и поведении: леворукие, синдром гиперактивности, застенчивость, неврозы и т. п., если такие дети присутствуют в классе.

4. Отслеживать социальную жизнь группы первоклассников, включать детей, занимающих низкое статусное положение в общественно значимую деятельность, способствовать социализации в коллективе, преодолению негативных личностных качеств, отягчающих интеграцию в общество с целью повышения его авторитета в группе и самооценки обучающегося.

5. Используйте активные формы работы для формирования коллектива и создания благоприятного социально-психологического климата, например, подвижные игры, совместно отмечать праздники, создание традиций класса и локальных мероприятий, экскурсий и походы, празднования дней рождения, мотивирующие задания.

6. Для наиболее эффективного построения работы с первоклассниками необходимо руководствоваться знаниями о возрастных особенностях, которые сказываются на выбор методов, технологий, воспитания и педагогического воздействия в целом.

7. Первокласнику необходим пример чёткого порядка действий, касающийся моментов дисциплины и подготовки к учебной деятельности. Будьте последовательны в требованиях, установите ритуалы приветствия, подготовки к занятиям и повторяйте их систематично.

8. Если в классе есть дети, которым трудно концентрировать внимание, проявляющие рассеянность и незаинтересованность в процессе урока, возвращайте внимание с помощью вопросов, просьб повторить задание, однако, не позиционируя это как наказание или упрёк.

9. Поощряйте детей задавать вопросы, если им что-то непонятно, объясните, что от этого зависят их знания и успеваемость и что нет ничего плохого в том, что с первого раза материал не понятен. Снисходительно

относиться к тому, что первоклассники склонны спросить одно и тоже несколько раз.

10. Так как первоклассники переходят от одного ведущего вида деятельности к другому – от игры к учёбе, наиболее эффективным способом представления информации станет игровой формат, подходящий также и для отдыха во время учебной деятельности.

11. Опосредованно участвуйте в жизни каждого первоклассника – попытайтесь выстроить личностное взаимодействие. Это поможет вам отслеживать состояние ребёнка и вывести его на диалог при появлении трудностей, а также установить доверительные отношения.

12. Старайтесь подвергать анализу свою деятельность, оценивать собственные действия со стороны, ведите поиски новых эффективных методов, приемов обучения, используйте метод сотрудничества и приемы дифференцированного обучения.

Методы и приёмы для педагогов, способствующие формированию адаптации первоклассников:

1. Чётко определите и обсудите с первоклассниками правила поведения в классе, выпишите или распечатайте их на отдельном листе и определите для них место на доске, двери или другом доступном для взгляда школьника. При непослушании ссылайтесь на правила, введите систему поощрения, например, награждайте «послушника недели» небольшими бонусами. Система поощрения и наказания в русле поддержки дисциплины может быть эффективной и многообразной. Для поддержания тишины распечатайте и разместите на доске «шкалы шума» по рядам – ряд, превысивший максимально допустимый уровень будет выполнять дополнительное упражнение, «самый тихий» ряд может быть освобождён от части домашней работы.

2. Для формирования положительного восприятия школы у первоклассников пробуйте при прохождении новых тем приводить примеры из школьной жизни и похожую тематику. Используйте

упражнения «Бег ассоциаций», «Изображение предметов», «Обведи по контуру», «Что делает ученик?», «Что я знаю о школе?».

3. Используйте упражнения для развития памяти, внимания, мышления, воображения: «Пары слов», «Собери картинку», «Волшебное яйцо», «Маленькие обезьянки», «Бывает – не бывает».

Таким образом, нами были сформулированы рекомендации для родителей, направленные на повышение эффективности воспитательных, развивающих способов взаимодействия с ребёнком младшего школьного возраста. Рекомендации для педагогов актуализируют знания о возрастных особенностях первоклассников, а также эффективных способов их обучения и воспитания.

Выводы по главе 3

Таким образом, нами была разработана и реализована коррекционно-развивающие занятия в рамках психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников, направленная на развитие логического мышления, памяти, внимания, мелкой моторики, навыков эмоциональной и поведенческой регуляции, формирование учебно-познавательной мотивации в усвоении учебной программы. Участниками программы стали обучающиеся 1 «В» класса, в количестве 20 человек, посещающих группу продлённого дня. Программа реализована циклом из 10 занятий в период 01.11.25-15.12.25 г.

По результатам диагностики уровня адаптации первоклассников к условиям образовательной организации после реализации программы психолого-педагогического сопровождения, количество испытуемых с нормальным уровнем адаптации увеличилось на 20 % по результатам диагностики по методике «Изучение социально-психологической адаптации ребёнка к школе» Э.М. Александровской, на 5 % по показателем методики «Экспертная оценка адаптированности ребёнка к школе»

В.И. Чирикова и др., на 10 % по результатам диагностики «Дерево» Л.П. Пономаренко. Математико-статистический расчёт по Т-критерию Вилкоксона и ϕ^* - угловому преобразованию Фишера позволили доказать значимость сдвига уровня адаптации первоклассников в пользу частичной эффективности разработанной и реализованной психолого-педагогической программы сопровождения адаптации, частично подтвердив гипотезу исследования.

В соответствии с результатами формирующего эксперимента нами были сформулированы и предложены рекомендации, затрагивающие вопросы обучения и воспитания детей младшего школьного возраста педагогами и родителями.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В данной работе нами был исследован процесс психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

Изучение психолого-педагогической литературы по проблеме адаптации первоклассников позволило сделать следующие выводы:

Адаптация первоклассников к условиям образовательной организации – это комплексный, динамический и многоуровневый процесс приспособления ребёнком к новой социальной ситуации развития, обусловленной началом систематического обучения в школе, подразумевающая успешное освоение учебной программы, школьных правил и социальную интеграцию в общество сверстников. Сравнение взглядов таких учёных, как Э.М. Александровская, М.М. Безруких, Л.И. Божович, А.Л. Венгер, Н.И. Гуткина, И.В. Дубровина, А.К. Маркова, М.В. Матюхина, В.С. Мухина, Р.В. Овчарова позволили выделить основные аспекты процесса адаптации.

В рамках особенностей, скрывающихся в процессе адаптации обозначены возрастные особенности развития мышления, внимания, памяти и произвольной регуляции детей младшего школьного возраста, а также определены этапы, риски дезадаптации и раскрыты факторы, влияющие на данный процесс. Основными показателями успешной адаптации являются: эффективность учебной деятельности, усвоение школьных норм поведения, успешность социальных контактов, эмоциональное благополучие.

Теоретически обоснована модель психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

Проведён констатирующий эксперимент, в ходе которого диагностирован уровень адаптации обучающихся 1 «В» класса

Муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Лицей №67» г. Челябинска». По результатам исследования по методике «Изучение социально – психологической адаптации ребенка в школе» Э.М. Александровской (экспертная оценка учителя):

- 5 % (1 человек) испытуемых с результатом дезадаптации;
- 35 % (7 человек) испытуемых с результатом неполной адаптации;
- 60 % (12 человек) испытуемых с нормальным уровнем адаптации.

По результатам исследования по методике «Экспертная оценка адаптированности ребенка к школе (для родителей) В.И. Чириков, О.Л. Соколова, О.В. Сорокина:

- 5 % (1 человек) испытуемых с результатом неполной адаптацией;
- 95 % (19 человек) испытуемых с нормальным уровнем адаптированности.

По результатам исследования по методике «Дерево» Л.П. Пономаренко:

- 20 % (4 человека) испытуемых с результатом дезадаптации;
- 80 % (16 человек) испытуемых с нормальным уровнем адаптации.

На основе полученных результатов диагностики была разработаны и реализованы коррекционно-развивающие занятия в рамках психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников.

После реализации коррекционно-развивающего блока психолого-педагогического сопровождения была проведена повторная диагностика уровня адаптации первоклассников по результатам которой:

- количество испытуемых с нормальным уровнем социально-психологической адаптации по результатам методики «Изучение

социально-психологической адаптации ребенка в школе» Э.М. Александровской (экспертная оценка учителя) увеличилось на 20 % (4 человека);

– количество испытуемых с нормальным уровнем адаптированности по результатам методики «Экспертная оценка адаптированности ребенка к школе (для родителей) В.И. Чириков, О.Л. Соколова, О.В. Сорокина увеличилось на 5 % (1 человек);

– количество испытуемых с нормальным уровнем адаптации по результатам методики «Дерево» Л.П. Пономаренко увеличилось на 10 % (2 человека).

Математико-статистический анализ с помощью Т-критерия Вилкоксона и ϕ^* - углового преобразования Фишера показал частичную эффективность программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников и подтвердил положительную динамику по нормализации уровня адаптации в выборке первоклассников.

Можно прийти к выводу, что гипотеза, выдвинутая нами о том, что уровень адаптации первоклассников изменится, если: разработать и реализовать модель психолого-педагогической коррекции, состоящей из теоретического, диагностического, коррекционно-развивающего и аналитического блоков; разработать и реализовать программу психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников, включающую беседы, игры, психогимнастические упражнения, частично подтвердилась.

На основании полученных результатов диагностики нами были разработаны и представлены рекомендации для субъектов образовательного процесса – педагогов и родителей, в вопросах воспитания и обучения детей младшего школьного возраста в период адаптации к условиям образовательной организации.

Таким образом, цель исследования достигнута, его задачи решены, гипотеза исследования частично доказана.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Адуева К. А. Психолого-педагогическое сопровождение первоклассников в условиях школьной адаптации / К. А. Адуева, И. Г. Третьяк // Сборник статей Всероссийской научно-практической конференции, Петрозаводск, 05 февраля 2024 года. – Петрозаводск : Международный центр научного партнерства «Новая Наука». – 2024. – С. 21–27.
2. Алимурادова А. Ф. Адаптация первоклассников к обучению в общеобразовательной школе : психолого-педагогические условия повышения эффективности / А. Ф. Алимурадова // Вестник Московского университета МВД России. – 2021. – № 5. – С. 285–293.
3. Артюхова И. С. Адаптация первоклассников к школьному обучению как современная научно-методическая проблема / И. С. Артюхова // Проблемы современного образования. – 2021. – №6. – С. 225–233.
4. Ахметшина И. А. Современные подходы и проблемы к пониманию особенностей адаптации первоклассников к школе / И. А. Ахметшина // Проблемы современного педагогического образования. – 2024. – № 85. – С. 5154.
5. Ахметшина И. А. Содержание работы социального педагога по психолого-педагогическому просвещению родителей первоклассников / И. А. Ахметшина, В. В. Андреева, А. Д. Качалова // Проблемы современного педагогического образования. – 2022. – № 75-3. – С. 36–39.
6. Баранова Э. А. Психолого-педагогическое сопровождение процесса адаптации первоклассников к школьной жизни / Э. А. Баранова // Начальное общее образование : вопросы развития, методического и кадрового обеспечения. – 2023. – №32. – С. 73–79.
7. Басюк В. С. К. Д. Ушинский о развитии личности ребенка (по материалам выступлений) / В. С. Басюк // Отечественная и зарубежная педагогика. – 2023. – Т. 2, № 2 (92). – С. 13–21.

8. Безруких М. М. Комплексная диагностика развития детей 6-7 лет и оценка рисков дезадаптации к школе / М. М. Безруких, Т. А. Филиппова, А. С. Верба // Новые исследования. – 2021. – № 1 (65). – С. 78–100.
9. Бесчастная К. А. Основные методы психолого-педагогического исследования / К. А. Бесчастная, Е. В. Литвинова, Н. В. Лычева // Наука и образование : отечественный и зарубежный опыт. – 2024. – С. 46–51.
10. Васильченко Л. Ю. Адаптация детей к обучению в 1 классе / Л. Ю. Васильченко // Вестник науки. – 2024. – № 11 (80). – С. 573–577.
11. Венгер А. Л. Клиническая психология развития : учебник и практикум для вузов / А. Л. Венгер, Е. И. Морозова. – Москва : Юрайт, 2026. – 312 с. – ISBN 978-5-534-03304-5.
12. Веретенникова Л. К. Адаптация школьников в начальных классах : проблематика и тенденции / Л. К. Веретенникова, Г. А. Дугина // Педагогика и психология образования. – 2025. – № 1. – С. 21–33.
13. Воскрекасенко О. А. Основные направления и содержания деятельности по педагогическому сопровождению адаптации первоклассников / О. А. Воскрекасенко // Общество: социология, психология, педагогика. – 2021. – №9. – 142–146.
14. Выготский Л. С. Вопросы детской психологии / Л. С. Выготский. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. – 160 с. – ISBN 978-5-534-06998-3.
15. Выготский Л. С. Мышление и речь. Психология искусства. Вопросы детской психологии / Л. С. Выготский. – Москва : Эксмо, – 2024. – 848 с. – ISBN: 978-5-04-201381-2.
16. Выпускная квалификационная работа по направлению Психолого-педагогическое образование : методические рекомендации / сост. Г. Ю. Гольева, В. И. Долгова, Е. Г. Капитанец, О. А. Кондратьева, Е. В. Мельник, Ю. А. Рокицкая, В. К. Шаяхметова. – Москва : Издательство Перо, 2021. – 196 с. – ISBN 978-5-00189-610-4.

17. Высотина А. Н. Сущность и особенности социально-психологической адаптации / А. Н. Высотина // Молодой ученый. – 2023. – № 16 (463). – С. 257–258.

18. Гольева Г. Ю. Психодиагностика и консультирование : учеб. пособие / Г. Ю. Гольева, Ю. А. Рокицкая. – Челябинск : ЗАО «Библиотека А. Миллера», 2022. – 147 с. – ISBN 978-5-93162-644-4.

19. Гуцол Л. О. Стресс (общий адаптационный синдром) / Л. О. Гуцол, Е. В. Гузовская, С. Н. Серебренникова, И. Ж. Семинский // Байкальский медицинский журнал. – 2022. – №1. – С. 70–80.

20. Дедышева Н. Н. Психолого-педагогическое сопровождение адаптации первоклассников к условиям образовательной организации / Н. Н. Дедышева // Современные научные исследования в сфере педагогики и психологии. – 2022. – №6. – С. 145–154.

21. Дениско Л. С. Формирование понятия «социально-психологическая адаптация» на основе теоретического анализа психолого-педагогической литературы в современной психологии / Л. С. Дениско // Молодой ученый. – 2021. – № 9. (351). – С. 171–173.

22. Долгова В. И. Исследование адаптации первоклассников с учетом гендерных различий / В. И. Долгова, Е. Г. Капитанец, Н. Н. Дедышева // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 12(202). – С. 486–492.

23. Дубровина И. В. Детская психология : учебник для среднего профессионального образования / И. В. Дубровина. – Москва : Юрайт, 2026. – 169 с. – ISBN 978-5-534-20957-0.

24. Дубровина И. В. Руководство практического психолога. Психолог в школе : практическое пособие / И. В. Дубровина. – Москва : Юрайт, 2026. – 206 с. – ISBN 978-5-534-08757-4.

25. Еманова С. В. Педагогика и психология начальной школы : учебное пособие / С. В. Еманова, Е. А. Казанцева, М. А. Сокольская. – Курган : Изд-во Курганского гос. ун-та, 2023. – 136 с. – ISBN 978-5-4217-0649-6.

26. Жданова Л. А. Современные школьники: особенности адаптации и динамика здоровья / Л. А. Жданова, А. В. Шишова // Вестник Ивановской медицинской академии. – 2022. – № 27. – С. 5–10.

27. Затеева Т. Г. Проблема педагогической коррекции школьной дезадаптации первоклассников / Т. Г. Затеева, А. С. Гончарова // Молодой ученый. – 2023. – № 15. – С. 41–46.

28. Зимина А. А. Организационный аспект психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников с различным уровнем готовности к школьному обучению / А. А. Зимина // Современные проблемы лингвистики и методики преподавания русского языка в ВУЗе и школе. – 2022. – № 34. – С. 191–201.

29. Зотова Т. В. Структура мотивации учения младших школьников с первого по четвертый класс / Т. В. Зотова // Гуманитарные науки. – 2021. – № 3 (55). – С. 148–155.

30. Изотова Е. Г. Взаимосвязь социально-психологической адаптации и успеваемости в младшем школьном возрасте / Е. Г. Изотова // Проблемы современного педагогического образования. – 2021. – №71. – С. 428–431.

31. Ильченко К. А. Нарушение норм поведения как проявление школьной дезадаптации / К. А. Ильченко // Педагогика : история, перспективы. – 2021. – №4. – С. 13–20.

32. Камакина О. Ю. Специфика социально-психологической адаптации младших школьников / О. Ю. Камакина // Проблемы современного педагогического образования. – 2024. – №84. – С. 217–220.

33. Капустина И. М. К вопросу о социально-педагогической адаптации первоклассников / И. М. Капустина, С. С. Игнатович // Педагогика : истории, перспективы. – 2022. – №3. – С. 26–38.

34. Карабанова Е. Д. Психолого-педагогическое сопровождение первоклассников на этапе адаптации к школе / Е. Д. Карабанова, Л. Г. Антропова // Вестник магистратуры. – 2025. – № 163. – С. 47–49.

35. Коджаспирова Г. М. Психолого-педагогическая безопасность образовательной среды детских учреждений : учебное пособие / Г. М. Коджаспирова, А. Ю. Коджаспиров. – Москва : Проспект, 2021. – 461 с. – ISBN 978-5-392-21833-2.
36. Коджаспирова Г. М. Педагогика : учебник для вузов / Г. М. Коджаспирова. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 711 с. – ISBN 978-5-534-14492-5.
37. Койкова Э. И. Особенности адаптационного периода первоклассников / Э. И. Койкова, А. В. Руднева // Проблемы современного педагогического образования. – 2023. – №79. – С. 147–149.
38. Кравцова Е. Е. Психология и педагогика. Краткий курс : учебное пособие / Елена Кравцова. – Москва : Проспект, 2026. – 320 с. – ISBN 978-5-39-219150-5.
39. Красова Т. Д. Методология и методы научных исследований в психологии и педагогике : учебное пособие / Т. Д. Красова, Ж. В. Чуйкова. – Елец : Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина, 2021. – 68 с. – ISBN 978-5-00151-236-3.
40. Крулехт М. В. Методология и методы психолого-педагогических исследований : учебник для вузов / Мария Крулехт. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2026. – 164 с. – ISBN 978-5-534-17733-6.
41. Кулагина И. Ю. Психология детей младшего школьного возраста : учебник и практикум для вузов / И. Ю. Кулагина. – Москва : Издательство Юрайт, 2024. – 291 с. – ISBN 978-5-534-00582-0.
42. Ладик М. С. Диагностика успешности адаптации первоклассников к школе / М. С. Ладик // Вестник науки. – 2025. – № 12 (93). – С. 830–835.
43. Линникова А. В. Особенности адаптации детей первого класса к обучению в школе // А. В. Линникова, Л. В. Мамедова // Педагогический журнал. – 2023. – №4. – С. 345–353.

44. Литвиненко Н. В. Школьная адаптация: теория и практика : учебное пособие / Н. В. Литвиненко. – Оренбург : ОГПУ, 2021. – 266 с.

45. Магомедова З. З. Теоретические аспекты психологической адаптации детей дошкольного и младшего школьного возраста в образовательной организации / З. З. Магомедова, З. М. Миназова // Проблемы современного педагогического образования. – 2022. – № 75-4. – С. 177–180.

46. Мали Н. А. Исследование особенностей адаптации к школе на ступени начального общего и среднего общего образования / Н. А. Мали, Т. В. Панова // Общество : социология, психология, педагогика. – 2023. – № 4 (108). – С. 113–119.

47. Матюшичева М. И. Социально-психологическая адаптация младших школьников с различным уровнем развития креативности : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.13 / Мария Ильинична Матюшичева. – Санкт-Петербург, 2021. – 27 с.

48. Мухина В. С. Возрастная психология. Феноменология развития : учебник для студ. высш. учеб. заведений / В. С. Мухина. – 18-е изд., перераб. и доп. – Москва : Наука, 2022. – 671 с. – ISBN: 978-5-02-040903-3.

49. Настольная книга школьного психолога, учителя начальных классов : психологические подсказки / Н. Х. Гафиатулина и др. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2021. – 283 с. – ISBN 978-5-222-14320-9.

50. Павлова А. С. Социально-психологическая адаптация первоклассника к условиям школьной жизни / А. С. Павлова, А. В. Миронова // Проблемы современного педагогического образования. – 2022. – № 75. – С. 385–388.

51. Пантелеева Н. Г. Модель психолого-педагогического сопровождения социальной адаптации первоклассников к образовательной среде школы / Н. Г. Пантелеева // Шамовские чтения : Сборник статей XVI Международной научно-практической конференции. В 2-х томах, Москва, 25 января, – Москва: Научная школа управления образовательными системами. – 2024. – С. 414–419.

52. Пичугина Г. А. Развитие адаптационных возможностей учащихся / Г. А. Пичугина, В. А. Шидловская // Карельский научный журнал. – 2022. – № 3 (40). – С. 5–8.

53. Полунина Л. И. Психолого-педагогическое сопровождение адаптации первоклассников к обучению в школе : учебно-методическое пособие / Л. И. Полунина, Г. А. Баудер. – Мичуринск : ООО "БИС", 2025. – 76 с.

54. Птанская А. А. Влияние психологической готовности к школе на процесс адаптации первоклассников к новым социальным условиям / А. А. Птанская // Образование 21 века : профессионально-педагогическое образование в условиях современных социальных и экономических потребностей российского общества и школьной практики. – 2023. – №1. – С. 192–196.

55. Рокицкая Ю. А. Психологическая служба в образовании : учеб. пособие / Ю. А. Рокицкая. – Челябинск : Изд-во ЗАО «Библиотека А. Миллера», 2023. – 391 с. – ISBN 978-5-93162-585-0.

56. Рокутова Ю. Р. Психологическое сопровождение процесса адаптации первоклассников к условиям школьного обучения / Ю. Р. Рокутова // Вестник магистратуры. – 2025. – № 8 (167). – С. 9–12.

57. Сосновский Б. А. Возрастная и педагогическая психология : учебник для вузов / Борис Сосновский. – Москва : Юрайт, 2025. – 359 с. – ISBN 978-5-9916-9795-8.

58. Тарасова С. А. Психолого-педагогическое сопровождение детей младшего школьного возраста в период адаптации к школе / С. А. Тарасова // Наука и образование. – 2022. – №1. – С. 167–170.

59. Усцева М. Н. Особенности эмоционального самочувствия как показателя адаптации детей младшего школьного возраста / М. Н. Усцева // Проблемы современного педагогического образования. – 2022. – №75. – С. 399–402.

60. Фатерина О. А. Взаимодействие классного руководителя начальных классов с семьями первоклассников / О. А. Фатерина, Л. В. Мамедова // Современное педагогическое образование. – 2023. – № 10. – С. 74–78.

61. Фатерина О. А. Особенности адаптации первоклассников к обучению в школе / О. А. Фатерина, Л. В. Мамедова // Управление образованием: теория и практика. – 2023. – № 11 (71). – С. 78–86.

62. Федина Л. В. Основы педагогического мастерства: психолого-педагогическое сопровождение начального образования : учебное пособие для среднего профессионального образования / Л. В. Федина. – 3-е изд., стер. – Москва : Издательство Юрайт, 2024. – 128 с. – ISBN 978-5-534-18525-6.

63. Циулина М. В. Методология и методы психолого-педагогического исследования : учеб. пособие для магистрантов / М. В. Циулина. – Челябинск : Южно-Уральский научный центр РАО, 2022. – 184 с. – ISBN: 978-5-907538-11-5.

64. Чердынцева Е. В. Формирование компетентности родителей в развитии мелкой моторики у будущих первоклассников / Е. В. Чердынцева, О. В. Якубенко, Е. Г. Ожогова // Проблемы современного педагогического образования. – 2023. – № 78-2. – С. 316–318.

65. Шелкунова Т. В. Психолого-педагогическое сопровождение первоклассников : учеб. пособие / Т. В. Шелкунова. – Красноярск : Сиб. федер. ун-т, 2024. – 99 с. – ISBN 978-5-7638-4968-4.

66. Шепиль Д. А. Роль возрастных особенностей первоклассников в развитии познавательной мотивации / Д. А. Шепиль // Вестник науки. – 2025. – № 11. – С. 814–821.

67. Эхаева Р. М. Научно-теоретические основы изучения особенностей адаптации младших школьников к учебной деятельности / Р. М. Эхаева, К. Х. Тухиева // Мир науки, культуры, образования. – 2021. – № 5 (90). – С. 150–153.

68. Яковлева Н. А. Понятие «адаптация к школе» и ее особенности / Н. А. Яковлева // Молодой ученый. – 2024. – № 21 (520). – С. 691–693.
69. Ярославкина Е. В. Психолого-педагогическое сопровождение процесса школьной адаптации первоклассников / Е. В. Ярославкина // Актуальные проблемы психологии личности : сборник научных трудов. – 2021. – № 18. – С. 219–224.
70. Gheysens E. Differentiated instruction: the diversity of teachers' philosophy and praxis to adapt teaching to students' interests, readiness and learning profiles / E. Gheysens, C. Coubergs, M. Griful-Freixenet // International Journal of Inclusive Education. – 2022. – No. 26(14). – P. 1383–1400.
71. Saracho O. N. Theories of Child Development and Their Impact on Early Childhood Education and Care / O. N. Saracho // Early Childhood Educ. – 2023. – No. 51. – P. 15–30.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Методики диагностики адаптации первоклассников

Методика: Изучение социально–психологической адаптации ребенка в школе по Э.М. Александровской (экспертная оценка учителя).

Бланк предоставляется классному руководителю и заполняется им на основе наблюдения за обучающимися.

1 – я шкала «Учебная активность»

5 баллов – активно работает на уроке, часто поднимает руку и отвечает правильно.

4 балла – на уроке работает, правильные и неправильные ответы чередуются.

3 балла – редко поднимает руку и правильно отвечает.

2 балла – учебная активность на уроке носит кратковременный характер, часто отвлекается, не слышит.

1 балл – пассивен на уроке, не отвечает у доски, переписывает с доски готовое.

0 баллов – учебная активность отсутствует, не включается в учебный процесс.

2 – я шкала «Усвоение знаний»

5 баллов – правильное, безошибочное выполнение всех школьных заданий.

4 балла – небольшие помарки, единичные ошибки.

3 балла – редкие ошибки, связанные с пропуском букв, их заменой.

2 балла – плохое усвоение материала по одному из основных предметов, обилие ошибок.

1 балл – частые ошибки, неаккуратное выполнение заданий, много исправлений и зачеркиваний.

0 баллов – плохое усвоение программного материала по всем предметам, грубые ошибки, большое их количество.

3 – я шкала «Поведение на уроке»

5 баллов – сидит спокойно, добросовестно выполняет все требования учителя.

4 балла – выполняет требования учителя, но иногда на короткое время отвлекается на уроке.

3 балла – изредка поворачивается, обменивается короткими репликами с товарищами.

2 балла – часто наблюдается скованность в движениях, позе, напряженность в ответах.

1 балл – требования учителя выполняет частично, отвлекается на посторонние занятия, вертится или постоянно разговаривает.

0 баллов – не выполняет требований учителя, большую часть урока занимается посторонними делами (преобладают игровые интересы).

4 – я шкала «Поведение на перемене»

5 баллов – высокая игровая активность (охотно участвует в подвижных играх).

4 балла – активность выражена в малой степени, предпочитает чтение книг, спокойные игры.

3 балла – активность ребенка ограничена занятиями, связанными с подготовкой к другому уроку.

2 балла – не может найти себе занятия, переходит от одной группы детей к другой.

1 балл – пассивен, движения скованы, избегает других детей.

0 баллов – часто нарушает нормы поведения, мешает другим детям играть, кричит, бегает.

5 – я шкала «Взаимоотношения с одноклассниками»

5 баллов – общительный, легко вступает в контакт с детьми.

4 балла – малоинициативен, но легко вступает в контакт, когда к нему обращаются дети.

3 балла – сфера общения ограничена, контактирует только со знакомыми детьми.

2 балла – предпочитает находиться рядом с детьми, но не вступает с ними в контакт.

1 балл – замкнут, изолирован от других детей, предпочитает находиться один, другие дети к нему равнодушны.

0 баллов – проявляет негативизм по отношению к детям, постоянно ссорится и обижает их, другие дети его не любят.

6 – я шкала «Отношение к учителю»

5 баллов – проявляет дружелюбие по отношению к учителю, стремится понравиться ему, после урока часто подходит к нему, общается с ним.

4 балла – дорожит хорошим мнением учителя о себе, стремится выполнять все его требования, в случае необходимости сам обращается к нему за помощью.

3 балла – старательно выполняет требования учителя, старается обращаться за помощью к одноклассникам.

2 балла – выполняет требования учителя, формально заинтересован в общении с ним, старается быть незаметным.

1 балл – избегает контакта с учителем, при общении с ним легко теряется, говорит тихо.

0 баллов – общение с учителем приводит к отрицательным эмоциям, плачет при малейшем замечании.

7 – я шкала «Эмоциональное благополучие»

5 баллов – хорошее настроение, часто улыбается, смеется.

4 балла – спокойное эмоциональное состояние.

3 балла – эпизодическое появление сниженного настроения.

2 балла – отрицательные эмоции: тревожность, огорчение, обидчивость, вспыльчивость.

1 балл – отдельные депрессивные проявления слез без причин, агрессивные реакции.

0 баллов – преобладание депрессивного состояния, агрессия проявляется и в отношениях с детьми, и в отношениях с учителем/

Обработка результатов

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

– нормальная адаптация – 22–35 баллов;

– неполная адаптация – 15–21 балл;

– дезадаптация – 0–14 баллов.

Методика: В. И. Чириков, О.Л. Соколова, О. В. Сорокина «Экспертная оценка адаптированности ребенка к школе (для родителей).

Предлагается родителям каждого из первоклассников в виде анкеты.

Инструкция: Выберите утверждение, наиболее точно отражающее состояние ребёнка на данный момент

I шкала «Успешность выполнения школьных заданий»

5. Правильное безошибочное выполнение школьных заданий.

4. Небольшие поправки, единичные ошибки.

3. Редкие ошибки, связанные с пропуском букв или их заменой.

2. Плохое усвоение материала по одному из основных предметов, обилие ошибок: частые ошибки, неаккуратное выполнение заданий.

1. Плохое усвоение программного материала по всем предметам.

II шкала «Степень усилий, необходимых ребёнку для выполнения школьных заданий»

5. Ребенок работает легко, свободно, без напряжения.

4. Выполнение школьных заданий не вызывает у ребёнка особых затруднений.
3. Иногда работает легко, в другое время проявляет упрямство, выполнение заданий требует некоторого напряжения для своего завершения.

2. Выполнение школьных заданий требует от ребёнка определённой степени напряжения.

1. Ребёнок отказывается работать, может плакать, кричать, проявлять агрессию.

III шкала «Самостоятельность ребёнка при выполнении школьных заданий»

5. Ребёнок сам справляется со школьными заданиями.
4. Работает самостоятельно, почти не обращаясь к помощи взрослого.
3. Иногда обращается за помощью, но чаще выполняет задания сам.
2. Ребёнок мог бы справляться со школьными заданиями самостоятельно, но предпочитает делать их с помощью взрослого.

1. Для выполнения ребёнком школьных заданий требуется инициатива, помощь и постоянный контроль со стороны взрослого.

IV шкала «Настроение, с которым ребёнок идёт в школу»

5. Ребёнок улыбается, смеётся, с хорошим настроением идёт в школу.
4. Спокоен, деловит, нет проявлений сниженного настроения.
3. Иногда бывают проявления сниженного настроения.
2. Случаются проявления отрицательных эмоций:
 - а) тревожность, огорчение, иногда страх;
 - б) обидчивость, вспыльчивость, раздражительность.
1. Преобладание депрессивного настроения или агрессии (вспышки гнева, злости).

V шкала «Взаимоотношения с одноклассниками».

5. Общительный, инициативный, легко контактирует с детьми, у него много друзей, знакомых.
4. Малоинициативен, но легко вступает в контакт, когда к нему обращаются дети.
3. Сфера общения несколько ограниченная: общается только с некоторыми ребятами.
2. Предпочитает находиться рядом с детьми, но не вступать с ними в контакт.
 1. а) Замкнут, изолирован от других детей, предпочитает находиться в одиночестве.
 - б) Инициативен в общении, но часто проявляет негативизм по отношению к детям: ссорится, дразнится, дерётся.

VI шкала «Общая оценка адаптированности ребёнка»

5. Высокий уровень адаптированности.
4. Уровень адаптированности выше среднего.
3. Средний уровень адаптированности.
2. Уровень адаптированности ниже среднего.
1. Низкий уровень адаптированности.

Обработка результатов:

19-30 баллов – зона адаптации;

13-18 баллов – зона неполной адаптации;

0-12 баллов – зона дезадаптации.

Методика: «Дерево» Л. П. Пономаренко.

Инструкция:

«Рассмотрите это дерево. Вы видите на нем и рядом с ним множество человечков. У каждого из них разное настроение, и они занимают различное положение. Возьмите красный фломастер и разукрасьте того человечка, который напоминает вам себя, похож на вас, ваше настроение в школе и ваше положение. Возможно, чем выше на дереве находится человечек, тем выше его достижения, тем более он успешен в школе. Теперь возьмите зеленый фломастер и разукрасьте того человечка, которым вы хотели бы быть и на чьем месте вы хотели бы находиться».

Интерпретация:

Выбор позиции № 1, 3, 6, 7 характеризует установку на преодоление препятствий.

№ 2, 19, 18, 11, 12 –общительность, дружескую поддержку.

№ 4 – устойчивость положения (желание добиваться успехов, не преодолевая трудности).

№ 5 утомляемость, общая слабость, небольшой запас сил, застенчивость.

№ 9 мотивация на развлечения.

№ 13, 21 – отстраненность, замкнутость, тревожность.

№ 8 характеризует отстраненность от учебного процесса, уход в себя.

№ 10, 15 комфортное состояние, нормальная адаптация.

№ 14 кризисное состояние, «падение в пропасть».

Позицию № 20 часто выбирают как перспективу учащиеся с завышенной самооценкой и установкой на лидерство.

Следует заметить, что позицию № 16 учащиеся не всегда понимают как позицию «человечка, который несет на себе человечка № 17», а склонны видеть в ней человека, поддерживаемого и обнимаемого другим (человечком под № 17).

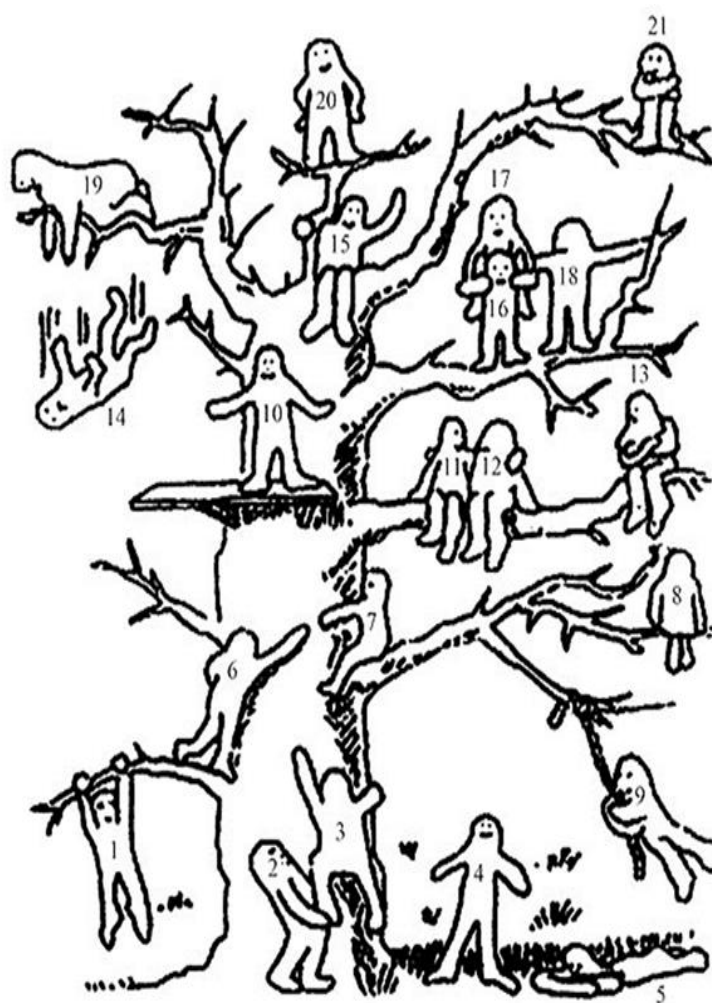


Рисунок 1.1 – Бланк методики «Дерево» Л.П. Пономаренко

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Результаты опытно-экспериментального исследования адаптации первоклассников к условиям образовательной организации

Таблица 2.1 – Результаты диагностики уровня адаптации первоклассника по методике «Изучение социально – психологической адаптации ребенка в школе»
Э.М. Александровской (экспертная оценка учителя)

Ф.И. ребёнка	Количественный результат	Качественный результат
1.	22	Нормальная адаптация
2.	25	Нормальная адаптация
3.	14	Дезадаптация
4.	26	Нормальная адаптация
5.	19	Неполная адаптация
6.	30	Нормальная адаптация
7.	19	Неполная адаптация
8.	32	Нормальная адаптация
9.	20	Неполная адаптация
10.	22	Нормальная адаптация
11.	25	Нормальная адаптация
12.	20	Нормальная адаптация
13.	16	Неполная адаптация
14.	17	Неполная адаптация
15.	29	Нормальная адаптация
16.	27	Нормальная адаптация
17.	25	Нормальная адаптация
18.	22	Нормальная адаптация
19.	21	Неполная адаптация
20.	28	Нормальная адаптация

Итого:

Нормальная адаптация – 60 % (12 человек).

Неполная адаптация – 35 % (7 человек).

Дезадаптация – 5 % (1 человек).

Таблица 2.2 – Результаты диагностики уровня адаптации первоклассника по методике «Экспертная оценка адаптированности ребенка к школе (для родителей) В.И. Чириков, О.Л. Соколова, О.В. Сорокина

Ф.И. ребёнка	Количественный результат	Качественный результат
1.	24	Нормальная адаптация
2.	24	Нормальная адаптация
3.	24	Нормальная адаптация
4.	25	Нормальная адаптация
5.	25	Нормальная адаптация
6.	28	Нормальная адаптация
7.	23	Нормальная адаптация

Продолжение таблицы 2.2

8.	27	Нормальная адаптация
9.	26	Нормальная адаптация
10.	22	Нормальная адаптация
11.	21	Нормальная адаптация
12.	18	Неполная адаптация
13.	20	Нормальная адаптация
14.	23	Нормальная адаптация
15.	21	Нормальная адаптация
16.	22	Нормальная адаптация
17.	23	Нормальная адаптация
18.	28	Нормальная адаптация
19.	25	Нормальная адаптация
20.	28	Нормальная адаптация

Итого:

Нормальная адаптация – 95 % (19 человек).

Неполная адаптация – 5 % (1 человек).

Таблица 2.3 – Результаты диагностики уровня адаптации первоклассника по методике «Дерево» Л.П. Пономаренко

Ф.И. ребёнка	Качественный результат
1.	Лидерская позиция, стремление к общению
2.	Устойчивое положение/норма, стремление к лидерству
3.	Отстранённость, замкнутость, тревожность
4.	Устойчивое положение/норма, склонность к отстранённости
5.	Отстранённость, замкнутость, тревожность
6.	Общительность, устойчивое положение/норма
7.	Позиция преодоления трудностей, стремление к общению
8.	Устойчивое положение/норма, стремление к общению
9.	Лидерская позиция, устойчивое положение/норма
10.	Отстранённость, тревожность, стремление к комфортному состоянию
11.	Установка на преодоление препятствий, стремление к комфортному состоянию
12.	Лидерская позиция, возможна завышенная самооценка
13.	Кризисное состояние, отстранённость, замкнутость
14.	Общительность, готовность к преодолению препятствий
15.	Преодоление препятствий, стремление к преодолению препятствий
16.	Лидерская позиция, стремление к преодолению препятствий
17.	Устойчивое положение/норма
18.	Устойчивое положение/норма, стремление к общению
19.	Устойчивое положение/норма, склонность к отстранённости
20.	Устойчивое положение/норма, склонность к отстранённости

Итого:

Нормальная адаптация – 80 % (16 человек).

Неполная адаптация – 20 % (4 человек).

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Программа психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников

Занятие 1. «Знакомство».

Цель: установление контакта, проведение диагностики уровня адаптации.

Задачи:

1. Продиагностировать и определить уровень адаптации обучающихся;
 2. Планирование коррекционно-развивающей программы на основе результатов диагностики;
 3. Создание атмосферы сотрудничества, мотивирование на дальнейшую работу.
- Оборудование: листы бумаги А4, цветные карандаши.

Структура занятия:

1. Вводная часть.
2. Основная часть.
3. Заключительная часть.

Ход занятия:

1. Вводная часть.

Педагог-психолог: «Здравствуйте, ребята! Сегодня мы с вами начнём вместе заниматься. Для начала нам нужно познакомиться, для этого я предлагаю вам такое упражнение: я буду называть буквы алфавита, те, чьё имя начинается на названную букву поднимаются с места и представляются».

Педагог-психолог: «Отлично, теперь мы с вами немного сблизились! Сегодня мы с вами проверим как много вы знаете о школе и о правилах поведения».

2. Основная часть.

Педагог-психолог раздаёт листы со стимульным материалом методики «Дерево» Л. П. Пономаренко и объясняет как с ним работать.

Педагог-психолог: «Рассмотрите дерево на ваших листках. Вы видите на нем и рядом с ним множество человечков. У каждого из них – разное настроение и они занимают различное положение. Возьмите красный фломастер и обведите того человечка, который напоминает вам себя, похож на вас, ваше настроение в новой школе и ваше положение. Мы проверим насколько вы внимательны. Обратите внимание, что каждая ветка дерева может быть равна вашим достижениям и успехам. Теперь возьмите

зеленый фломастер и обведите того человечка, которым вы хотели бы быть и на чем месте вы хотели бы находиться».

Обучающиеся выполняют задание, педагог-психолог отвечает на возникшие вопросы.

Коммуникативная игра «Вежливые слова»

Цель: развитие уважения в общении, привычки пользоваться вежливыми словами.

Педагог-психолог просит обучающихся по порядку назвать 1) только слова приветствия (здравствуйте, добрый день, привет, мы рады вас видеть, рады встрече с вами);

2) благодарности (спасибо, благодарю, пожалуйста, будьте любезны);

3) извинения (извините, простите, жаль, сожалею); прощания (до свидания, до встречи, спокойной ночи).

4) обсуждение правил поведения в школе (не кричать, отвечать по руке, не подсказывать, дружелюбно ко всем относится, вставать при приветствии, делать домашнее задание, опрятно выглядеть).

Во время выполнения педагог-психолог отмечает уровень дисциплины в классе, ответы по поднятой руке, усидчивость.

Игра «А я сегодня такой!»

Цель игры: научить использовать мимику, пантомимику в общении.

Описание игры: педагог-психолог загадывает одному из обучающихся определенную эмоцию, ученику необходимо фразой «Я сегодня вот такой» показать загаданную эмоцию так, чтобы остальные ее отгадали. Отгадавший становится следующим, кому загадывают эмоцию.

Игра «Кочки, дорожки, копна, тропинки».

Цель игры: Выработать внимательность у детей начальной школы, подвижная разминка для снятия напряжения.

Ход игры: Когда педагог-психолог произносит «кочки» - все ребята опускают головы, «дорожки» - хлопают в ладоши, «копна» - руки над головой, «тропинки» - руки в стороны.

«Придумать слова с заданной буквы»

Цель: исследовать уровень осведомлённости, быстроты мышления.

Педагог-психолог предлагает назвать как можно больше слов с определённым правилом:

1. Начинаются на букву «А».

2. Оканчиваются на букву «Т».
3. В которых третья с начала буква «С».

Перечислить объекты с заданным признаком:

1. Красного или др. цвета.
2. Круглой формы.

Заключительная часть:

Упражнение «Совместный рисунок»

Цель: развитие навыков взаимодействия, умения работать в парах и в группе.

Оборудование: карандаши или фломастеры.

Описание: педагог-психолог предлагает обучающимся разбиться на пары и держась руками за один карандаш выполнить какой-нибудь не сложный рисунок (например: сердце, подарок, дерево). По окончании обсудить, кому было легко, а кому сложно выполнить работу.

Педагог-психолог: «Как здорово, что у вас все получилось! Наше занятие подходит к концу, и я хотела бы, чтобы вы ответили на вопросы:

Что нового вы узнали на занятии?

Удалось ли нам познакомиться?

Что у вас получилось выполнить лучше, а что хуже?

Занятие 2 «Говорим о школе».

Цель: развитие внимания, памяти, логики; актуализация знаний о школе.

Задачи:

1. Способствовать развитию таких психических процессов, как внимание, память и логическое мышление.
2. Актуализировать знания обучающихся о школьных правилах и атрибутах школьной жизни.

Оборудование: раздаточный материал, проектор.

Структура занятия:

1. Вводная часть.
2. Основная часть.
3. Заключительная часть.

Вводная часть:

Педагог-психолог приветствует обучающихся, проверяет их готовность к работе, предлагает первое упражнение.

Упражнение «Загадки о школе».

Цель: актуализация знаний и представлений о школе, настрой на работу.

Ход упражнения: педагог-психолог зачитывает загадки и опрашивает обучающихся.

Что за добрый, светлый дом?

Много деток будет в нём.

В сентябре всех соберёт

И за знаниями – в поход!

(Школа)

Этот первый день осенний

Поднимает настроенье:

У меня сегодня праздник,

Ведь теперь я... (Первоклассник)

Кто научит вас читать,

Рисовать, писать, считать?

Хоть и строгий он порой,

Но всегда помощник твой!

(Учитель)

Разместились, словно птички,

Друг за другом на страничке.

Чтоб из них собрать слова,

Нужно выучить сперва.

(Буквы)

Всех собрал от А до Я,

Буквы – лучшие друзья.

Деток я учу, как встарь,

Книга важная – ... (Букварь)

Будет линия прямая,

Ведь она мне помогает,

С ней всё ровно расчерчу

И измерю, что хочу.

(Линейка)

Правильно её держу,

Цифры, буквы вывожу.

Не нужна мне закорючка,

У меня помощник – ...

(Ручка)

Если в клеточку она,
То для цифр тогда нужна,
А в линейку – по порядку
Пишем буквы мы в... (Тетрадку)

2. Основная часть.

Обучающиеся выполняют предложенные педагогом-психологом игры и упражнения.

Упражнение «Корректор. Дорисуй».

Цель: развитие избирательности и концентрации внимания, удержание программы, способности к переключению.

Стимульный материал: бланк с картинками.

Процедура проведения: дорисовать окна во всех домиках.



Рисунок 3.1 – Бланк упражнения «Корректор»

Упражнение «Марш»

Цель: развитие межполушарных взаимодействий, функции контроля, чувства ритма.

Процедура проведения: Исходное положение: стоя, прямые руки вытянуты вперед. Одна рука повернута ладонью вверх, другая – ладонью вниз. 1-й уровень сложности: ребенок начинает маршировать, на каждый шаг меняя положение ладоней.

Упражнение «Что сначала, что потом»

Цель: развитие понимания логической последовательности, произвольного внимания.

Стимульный материал: группы слов, картинки

Процедура проведения: педагог зачитывает ребенку группы слов (или картинки) – по три слова в каждой. Задача ребенка – расставлять слова (раскладывать картинки) в группе в логическом порядке: что было раньше, что появилось потом. Возможные группы слов: мука, пшеница, хлеб. Взрослый, старик, малыш. Курица, цыпленок, яйцо.

Упражнение «Инопланетяне-1».

Цель: развитие кратковременной памяти, внимания

Стимульный материал: рисунок, на котором изображены 3 инопланетянина, цветные карандаши, лист бумаги.

Инструкция: в город прилетели 3 инопланетянина и необходимо внимательно изучить их портреты, запомнив все детали внешнего вида гостей. После этого демонстрируется рисунок с изображением инопланетян. На запоминание дается 30 секунд и рисунок убирается, затем даётся задание: «К нам в гости спешит второй инопланетянин. Закройте глаза, представьте его внешний вид и точно нарисуйте портрет второго по счету инопланетянина».

Заключительная часть:

Педагог-психолог запрашивает обратную связь у обучающихся с помощью вопросов, а затем прощается:

Что вы узнали на занятии?

Что вам понравилось больше всего?

Что у вас не получилось и как это исправить?

Занятие 3. «Я могу управлять настроением!»

Цель: развитие памяти, концентрации внимания; овладение навыками адекватного выражения плохого настроения.

Задачи:

1. Развить такие психические процессы, как память и произвольное внимание;
2. Научить способам справляться с плохим настроением и организовать деятельность по их овладению.

Оборудование: раздаточный материал, листы А4, цветные карандаши, проектор, мусорное ведро.

Структура занятия:

1. Вводная часть.
2. Основная часть.
3. Заключительная часть.

Вводная часть:

Упражнение «Эстафета хороших известий»

Цель: создание атмосферы психологического комфорта в классе.

Ход упражнения: педагог-психолог: «Я хочу, чтобы каждый желающий из вас рассказал о чем-нибудь приятном, что случилось с ним вчера (на этой неделе).

Педагог-психолог: «Как много интересного вы рассказали своим одноклассникам! Давайте пожелаем друг другу, чтобы и на этой неделе произошло много хороших событий! А сегодня мы с вами продолжим выполнять упражнения для развития памяти и внимания, но также мы поговорим о плохом настроении. Как часто у вас бывает плохое настроение? Легко ли вам с ним справляться? Как это лучше сделать? (ответы обучающихся). Сегодня мы также с вами научимся справляться с плохим настроением: злостью, обидой, раздражением.»

Основная часть:

Упражнение «Корректор».

Цель: развитие избирательности и концентрации внимания, способности к переключению.

Стимульный материал: бланк с картинками.

Процедура проведения: найти и обвести все изображения ёлок, грибов, мячей.



Рисунок 3.2 – Бланк упражнения «Корректор»

«Слушаем и рисуем»

Цель: развить слуховую память и внимание.

Стимульный материал: для работы необходим небольшой простой рассказ и лист бумаги.

Ход работы: обучающимся необходимо прослушать рассказ и нарисовать рисунок, точно отражающий его содержание:

«В воскресенье слепил я трех замечательных снеговиков. Слепил их из комков снега. Один получился большой, другой - поменьше, а третий - совсем крохотный. Руки первого и второго - снежные комки, а у третьего - из веток. Вместо носа у первого и второго вставлены морковки, а у третьего - ветки. Глаза из угольков».

Разминка «Лесные зверята».

Цель: снятие напряжения через подвижную разминку.

Ход разминки: педагог-психолог называет и показывает движения каждого зверя, а школьники повторяют.

Например:

Зайчики – прыгают на двух ногах.

Лягушки – делают глубокие приседания и подпрыгивают.

Лисички – крадутся на носочках, плавно двигая руками.

Медведи – переваливаются с ноги на ногу, «тяжело» шагая.

Упражнение «Три настроения».

Цель: знакомство с видами настроения («чистое», «блестящее», «темное»).

Педагог-психолог: «Когда человек спокоен, то его настроение похоже на чистую и прозрачную воду, а когда он веселится, придумывает разные игры-развлечения с друзьями, то его настроение похоже на праздничный салют. Но бывает, что его настроение похоже на грязную воду в луже после дождя. В такие минуты ничего не хочется делать».

Обсуждение: бывало ли у вас грустное настроение? По какой причине? Как вы выходили из грустного состояния?

Учим правило. Наше настроение зависит от наших мыслей. Поэтому, если хочешь, чтобы у тебя было хорошее настроение: Подумай о хорошем и будет хорошо.

Примеры мыслей, которые создают хорошее или плохое настроение (демонстрируются с помощью презентации на проекторе):

Я плохой

Я справлюсь

Я не умею

У меня получится

Я не справился

Я научусь

Меня обидели

Все будет хорошо

Я боюсь

Я не буду бояться

Как вы считаете, какие мысли помогут вам, а какие вам будут мешать? Можно ли заменить плохие мысли на хорошие? На что это повлияет?

Игра-упражнение «Мусорное ведро».

Цель: научить способам справляться с плохим настроением.

Ход упражнения: Обучающихся просят вспомнить ситуацию, после которой у них было плохое настроение и написать на листе мысли, которые при этом возникали столько раз, сколько смогут или захотят. Затем читают вслух и обсуждают: Какие это мысли? Нужны ли они нам? Зачем же их хранить? Детям предлагается скомкать листочки, порвать их со словами: «Эти мысли мне мешают, они мне не нужны!» – и выбросить в мусорное ведро.

Заключительная часть:

Педагог-психолог запрашивает обратную связь, задавая вопросы:

Каким образом вы теперь можете справляться с плохим настроением?

Было ли полезно узнать новый способ?

Кому из близких вы про него расскажете?

Занятие 4 «Логическое мышление».

Цель: развитие общей осведомленности, логического мышления, концентрации внимания, навыков счёта.

Задачи:

1. Развить такие психические процессы, как произвольное внимание, логическое мышление;

2. Способствовать развитию навыков счёта и общей осведомленности.

Оборудование: раздаточный материал, проектор.

Структура занятия:

1. Вводная часть.

2. Основная часть.

3. Заключительная часть.

Вводная часть

Педагог-психолог: «Здравствуйте, ребята! Сегодня мы с вами будем развивать ваше логическое мышление. Знаете ли вы что это такое? Зачем вам логическое мышление? (ответы обучающихся) Правильно, логика нам нужна, чтобы понимать закономерности в окружающем мире. Для начала давайте выполним одно упражнение».

Упражнение «Назови по признаку»

Цель: развитие ассоциативного мышления, воображения и умения выделять существенные признаки предметов.

Примеры вопросов и правильные ответы: 1. Этот шарф полосатый. Что на него похоже? – Зебра, арбуз. 2. Эта рыба умеет плавать. Что на нее похоже? – Пароход, лодка. 3. Это платье можно надеть. Что на него похоже? – Шарф, ботинки. 4. Эту чашку можно разбить. Что на нее похоже? – Тарелка, лампочка. 5. Эта тарелка круглая. Что на нее

похоже? – Арбуз, мяч. 6. Эта лампочка сделана из стекла. Что на нее похоже? – Чашка, тарелка. 7. Это платье зеленое. Что на него похоже? – Арбуз, лодка, чашка.

Основная часть.

Упражнение «Корректор».

Цель: развитие избирательности и концентрации внимания.

Ход упражнения: педагог-психолог раздает стимульный материал и объясняет задание: обучающимся необходимо найти и обвести фигуру с определёнными характеристиками: девочек с чёрными волосами и улыбкой.

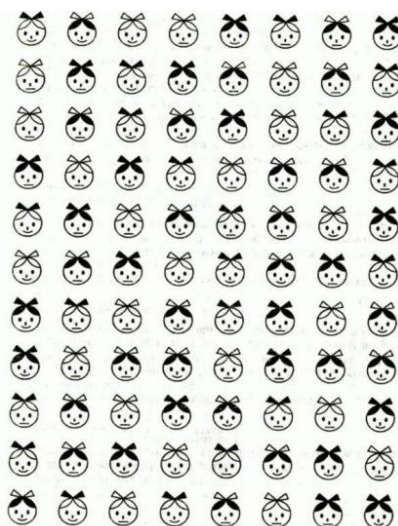


Рисунок 3.3 – Бланк упражнения «Корректор»

Разминка «Замок».

Цель: развитие мелкой моторики рук, координации движений, а также снятие мышечного и эмоционального напряжения.

Педагог-психолог зачитывает текст упражнения и повторяет действия, демонстрируя их обучающимся.

(Ладони прижаты друг к другу).

На двери висит замок. (Пальцы переплетаем и соединяем в замок).

Кто его открыть бы смог?

- Потянули! (Пальцы в замке, тянем пальцы, не расцепляя их).

- Покрутили! (Двигаем сцепленными пальцами от себя, к себе).

- Постучали! (Пальцы остаются в замке, стучим основаниями ладоней друг о друга).

И – открыли! (Расцепляем пальцы).

Упражнение «Логические загадки»

Цель: развитие логического мышления.

Ход упражнения: педагог-психолог прочитывает загадки обучающимся и опрашивает желающих.

В класс вошла Маринка,

За нею - Иринка,

А потом пришёл Игнат.

Сколько было всех ребят?

- В каком порядке выходили дети, кто первый (второй, третий)?

На большом диване в ряд

Куклы Танины сидят:

Две матрёшки, Буратино

И весёлый Чиполлино.

Помоги Танюшке

Сосчитать игрушки.

- В каком порядке названы игрушки?

Упражнение «Сосчитай»

Цель: развитие навыков счёта и логического мышления.

Ход упражнения: обучающимся необходимо найти числовое значение рисунков в примере и решить его.

Заключительная часть.

Педагог-психолог: «Ребята, наше занятие подходит к концу, скажите, что нового вы узнали на занятии? Что вам понравилось больше всего? Что у вас не получилось и как это исправить?».

Занятие 5. «Память».

Цель: развитие слуховой памяти, концентрации внимания, логического мышления.

Задачи:

1. Развить такие психические процессы, как произвольное внимание, логическое мышление, память.

Оборудование: раздаточный материал, проектор, будильник, игрушка лягушки, листы А4, карандаши.

Структура занятия:

1. Вводная часть.

2. Основная часть.

3. Заключительная часть.

Вводная часть.

Педагог-психолог приветствует обучающихся и объясняет правила игры «Царевна-лягушка».

Игра «Царевна-лягушка».

Цель: приобретение мотивации в поддержке дисциплины на занятии.

Ход упражнения: педагог-психолог рассказывает, что в школе потерялась Царевна-лягушка и просит обучающихся её найти. На протяжении занятия с помощью будильника прозвучит кваканье лягушки. Обучающимся необходимо соблюдать тишину и сосчитать сколько раз квакала лягушка. Если обучающиеся правильно называют цифру в конце урока, то «находят» Царевну-лягушку, которая поможет исполнить их желания – каждый может его загадать.

Педагог-психолог: «Ребята, сегодня мы с вами будем развивать очень важное качество – хорошая память. Скажите для чего она нам нужна? Согласны ли вы, что память надо тренировать? Отлично, тогда этим мы сегодня и займёмся!»

Основная часть.

Упражнение «Корректор».

Цель: развитие избирательности и концентрации внимания.

Ход упражнения: педагог-психолог раздает стимульный материал и объясняет задание: обучающимся необходимо найти и обвести фигуру с определёнными характеристиками.

Упражнение «Минутка»

Цель: развитие внимания и исследование внутреннего темпа ребенка.

Ход упражнения: педагог-психолог предлагает обучающимся внутренне измерить время, равное 1 минуте. Когда внутренняя минута пройдет, каждый поднимает руку. Педагог-психолог с помощью секундомера измеряет реальное время.

Упражнение «Слушаем и рисуем».

Цель: развить слуховую память и внимание.

Стимульный материал: для работы необходим небольшой простой рассказ и лист бумаги.

Ход работы: обучающимся необходимо прослушать рассказ и нарисовать рисунок, точно отражающий его содержание:

Ранним утром на полянке расцвел необычный цветок. Его стебель был длинным и зеленым, а бутон напоминал пушистый оранжевый шар. На одном из лепестков висела капля росы. Над цветком кружила большая пестрая бабочка с голубыми крылышками.

Разминка «Ветер дует нам в лицо».

Цель: снятие мышечного и эмоционального напряжения.

Педагог-психолог читает текст и демонстрирует движения, обучающиеся повторяют: ветер дует нам в лицо. (Дети машут руками на себя) Закачалось деревцо. (Дети делают наклоны) Ветер, тише, тише, тише... (Дети приседают) Деревцо все выше, выше!.. (Дети встают на носочки, тянутся вверх).

Упражнение «Развиваем смысловую память».

Цель: развить слуховую память и внимание.

Оборудование: для проведения упражнения понадобятся 10 пар слов, между которыми имеется смысловая связь, секундомер (песочные часы).

Ход работы: медленно зачитываются 10 пар слов, между которыми имеется смысловая связь. Затем через небольшой интервал времени зачитываются лишь первые слова из каждой пары. Учащиеся должны припомнить и назвать вторые слова, а затем записать те пары слов, которые запомнили. Например, ШУМ - ВОДА, МОСТ - РЕКА, ЛЕС - МЕДВЕДЬ, ЧАС - ВРЕМЯ, СТОЛ - ОБЕД, РУБЛЬ - КОПЕЙКА, ДУБ – ЖЕЛУДЬ, РОЙ - ПЧЕЛА, ГВОЗДЬ - ДОСКА.

Упражнение «Ребусы»

Цель: развитие логического мышления.

Ход упражнения: с помощью проектора обучающимся предлагается решить ребусы.

Заключительная часть.

Педагог-психолог возвращается к игре «Царевна-лягушка», если обучающиеся верно назвали количество кваканий лягушки, демонстрирует игрушку лягушки и предлагает обучающимся загадать у неё желание.

Педагог-психолог запрашивает обратную связь у обучающихся, задавая наводящие вопросы:

Что нового вы узнали на занятии?

Что вам понравилось больше всего?

Что у вас не получилось и как это исправить?

Почему важно развивать память?

Занятие 6. «Моя школа».

Цель: развитие концентрации внимания, логического мышления, навыков счёта; формирование положительного восприятия школьного обучения.

Задачи:

1. Развить такие психические процессы, как произвольное внимание, логическое мышление, счёт;

2. Способствовать положительному восприятию обучения в школьных условиях.

Оборудование: стимульный материал, проектор.

Структура занятия:

1. Вводная часть.
2. Основная часть.
3. Заключительная часть.

Вводная часть

Педагог-психолог приветствует обучающихся и обсуждает с ними цели занятия.

Основная часть

Упражнение «Корректор».

Цель: развитие избирательности и концентрации внимания.

Ход упражнения: педагог-психолог раздает стимульный материал и объясняет задание: обучающимся необходимо найти и обвести фигуру с определёнными характеристиками: бычки с двумя рогами и двумя ушами.

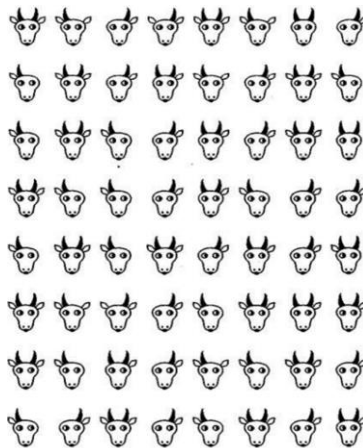


Рисунок 3.4 – Бланк упражнения «Корректор»

Упражнение «Загадки на логику».

Цель: развитие логического мышления, слуховой памяти.

1. Катя ниже Светы, но выше Марины. Какая из девочек выше других?

Ответ: Света

2. Нине, Алле и Артуру задали подготовить рассказ про животных: панду, крокодила и ястреба. Алла любит пушистых животных. Артур обожает тех, кто умеет летать. А Нине нравятся все животные. Ребята распределили темы между собой. Какое животное выбрал каждый?

Ответ: Алла – панду, Артур – тукана, Нина – крокодила.

3. Бабушка встает позже дедушки, но раньше мамы. Папа встает в одно время с дедушкой, но позже, чем сын. Кто встает раньше всех?

Ответ: сын

Разминка «Звуковые прятки».

Цель: развитие внимания, быстроты реакции.

Педагог-психолог говорит:

- Поставьте локти на стол и приготовьте ладошки. Я буду произносить слова, а вы - хлопать в ладоши, но только если услышите в словах звук «О». Слова: лодка, заяц, ослик, стол, стул, цветок, глаза, бочка, гребень, очки, нос, журнал, весна, шоссе, газета, узор, волк, еж, народ, сад, рот Молодцы!

А теперь будем искать звук «А»: мяча, цветок, заяц, стул, аист, лампа, забор, рама, ангел, печка, азбука, мальчик, тетерев, танец, тарелка, санитар, ремень, страус. Теперь ищем звук «Т»: стол, забор, стул, дача, табурет, зонт, ложка, глаз, квартал, зима, тополь, дятел, синица, тигр, ирис, август, рябина, тетрадь, диалог, атлас, июнь, март.

Упражнение «Примеры с картинками».

Цель: развитие навыков счёта и логического мышления.

Ход упражнения: обучающимся необходимо найти числовое значение рисунков в примере и решить его.



Рисунок 3.5 – Бланк упражнения «Примеры с картинками»

Упражнение «Для чего ходят в школу?».

Ход упражнения: педагог-психолог объясняет задание и диктует предложения: «Я сейчас хочу узнать, а знаете ли вы для, чего ребята ходят в школу?

Если то, что я скажу – правильно, вы хлопаете в ладоши. Если неправильно – топните ногой.

В школу ходят, чтобы играть.

В школу ходят, чтобы читать.

В школу ходят, чтобы разговаривать с соседом по парте.

В школу ходят, чтобы дружить.

В школу ходят, чтобы считать.

В школу ходят, чтобы писать.

В школу ходят, чтобы учиться.

В школу ходят, чтобы драться.

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

В школу ходят, чтобы подсказывать одноклассникам.

В школу ходят, чтобы похвастаться нарядами.

В школу ходят, чтобы выполнять задания учителя».

Аппликация «Моя школа».

Цель: формирование положительного представления о школе.

Ход упражнения: педагог-психолог раздаёт стимульный материал из листа бумаги А4, нескольких листков, вырезанных в различные фигуры и объясняет задание: «Сейчас из бумажных фигур каждый из вас соберёт свою школу на листе, после того, как все будет готово вы сможете украсить или добавить к ней что-нибудь».

Педагог-психолог показывает как клеить фигуры, помогает обучающимся, отвечает на вопросы.

Заключительная часть

Педагог-психолог запрашивает обратную связь у обучающихся, задавая наводящие вопросы:

Что нового вы узнали на занятии?

Что вам понравилось больше всего?

Что у вас не получилось и как это исправить?

Занятие 7. «Конфликты».

Цель: развитие концентрации внимания, памяти; обучение способам решения конфликтов.

Задачи:

1. Развить такие психические процессы, как произвольное внимание, память;
2. Ознакомить и организовать деятельность по усвоению способов решения конфликтов.

Оборудование: раздаточный материал, листы в клетку, проектор.

Структура занятия:

1. Вводная часть.
2. Основная часть.
3. Заключительная часть.

Вводная часть

Упражнение «Эстафета хороших известий»

Цель: создание атмосферы психологического комфорта в классе.

Ход упражнения: педагог-психолог: «Я хочу, чтобы каждый желающий из вас рассказал о чем-нибудь приятном, что случилось с ним вчера (на этой неделе).

Педагог-психолог: «Как здорово, что в наших жизнях продолжают происходить приятные вещи! Однако сегодня мы с вами обсудим очень важную вещь – конфликты и способы их решения. Как часто вы попадаете конфликты? Умеете ли вы их решать? Сегодня узнаем!»

Основная часть

Упражнение «Корректор».

Цель: развитие избирательности и концентрации внимания.

Ход упражнения: педагог-психолог раздает стимульный материал и объясняет задание: обучающимся необходимо найти и обвести фигуру с определёнными характеристиками: туника среди других предметов одежды.



Рисунок 3.6 – Бланк упражнения «Корректор»

Упражнение «Я помню».

Цель: развитие памяти, внимания и мышления.

На мониторе поочередно появляются картинки с различными, разделёнными по темам предметами (5 предметов на одном слайде).

Картинки появляются на 6 секунд каждая. По окончании просмотра дети выполняют задание.

Назовите:

- 1) спортивный инвентарь, название которого начинается на букву «О» (обруч);
- 2) посуду, название которой начинается на букву «С» (сковорода);

- 3) животное, название которого начинается на букву «Б» (белка);
- 4) школьную принадлежность, название которой начинается на букву «К» (карандаш);
- 5) транспортное средство, название которого оканчивается на букву «Д» (велосипед);
- 6) музыкальный инструмент, название которого оканчивается на букву «Н» (бубен);
- 7) цветочное растение, название которого оканчивается на букву «К» (одуванчик);
- 8) одежду, в названии которой вторая буква «И» (пиджак).

Упражнение «Графический диктант»

Цель: развитие концентрации внимания, восприятия информации на слух, навыков следования указаниям.

Ход упражнения: педагог-психолог диктует направление рисунка по клеточкам, обучающиеся выполняют задание.

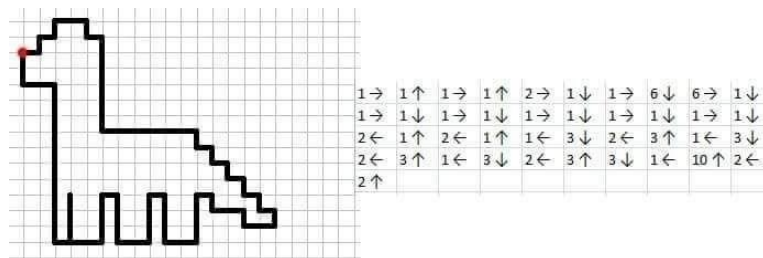


Рисунок 3.7 – Упражнение «Графический диктант»

Разминка «Урок и перемена».

Цель: закрепление правил поведения на уроке и перемене.

Ход упражнения: педагог-психолог называет различные формы деятельности («Ты читаешь, ты пишешь, ты играешь...») читать, играть, разговаривать с друзьями, просить у друга ластик, писать в тетради, отвечать на вопросы учителя, решать задачи, готовиться к уроку, есть яблоко), а дети отвечают, когда они этим занимаются: «На уроке!» или «На перемене!».

Педагог-психолог: «Теперь мы перейдем к обсуждению конфликтов. Внимательно послушайте рассказ и ответьте на вопросы».

А.Моргунова «Мой друг Вовка».

-Мир? – спросил Вовка.

-Мир, - сказал я.

Постояли, помолчали, потом Вовка сказал: «У нас очень хорошая учительница. Лучше ее на свете нет».

«Еще чего! – возразил я. – Вот наша Зоя Ивановна – это да! Так объяснит – самый глупый поймет».

«Самый глупый – это ты?» - спросил Вовка.

Мы поссорились, разошлись. На другой день встретились.

-Мир? – спросил я.

-Мир, - ответил Вовка.

Что произошло между ребятами?

Что такое конфликт?

Педагог-психолог: «Конфликт – это разногласие между людьми, столкновение разных мнений и интересов. Ребята, а почему происходят конфликты? Каковы их причины? Можно ли разрешить возникшую неприятную ситуацию, не доводя её до конфликта? Как необходимо людям относиться друг к другу, чтобы их было как можно меньше?».

Педагог-психолог: «Ребята, чтобы конфликтов было меньше, нужно соблюдать правила выхода из конфликта, давайте на них посмотрим:

Правила выхода из конфликта.

Уступать друг другу

Уважать друг друга

Уметь ставить себя на место другого

Сочувствовать

Договариваться»

Педагог-психолог: «Теперь посмотрим, как вы запомнили правила. Сейчас я прочитаю ситуации, а вы поможете мне с её решением».

1. Уроки закончились. Собираясь домой, Сережа нечаянно толкнул портфелем Петю...

Петя накинулся на Сергея. Ведь папа учил, что надо давать сдачу.

- А как правильно поступить? (Сергею - извиниться, Пете - взять паузу, разобраться.)

2. На большой перемене дети распределяли настольные игры. У Миши с Толей выбор пал на одну и ту же игру. Завязалась потасовка.

- А как правильно поступить? (Пауза - тайм-аут, договор.)

Заключительная часть

Педагог-психолог: «Мы очень хорошо с вами сегодня поработали! Ребята, что нового вы узнали на занятии? Как вы теперь можете решать конфликты?»

Занятие 8 «Зачем учиться в школе?»

Цель: развитие концентрации внимания, учебной мотивации.

Задачи:

1. Развить такой психический процесс, как произвольное внимание;
2. Способствовать формированию учебно-познавательной мотивации.

Оборудование: раздаточный материал, листы в клетку, проектор.

Структура занятия:

1. Вводная часть.
2. Основная часть.
3. Заключительная часть.

Вводная часть

Упражнение «Мне нравится в школе...».

Цель: создание позитивного настроения, формирование положительного отношения к школе.

Ход упражнения: педагог-психолог просит обучающихся закончить фразу «Мне нравится в школе...» и опрашивает желающих.

Педагог-психолог: «Дорогие первоклассники, сегодня помимо привычных упражнений мы с вами будем говорить о школе и о том, для чего вам нужно в ней учиться. Поднимите руки те, кто знает зачем учиться (педагог-психолог подсчитывает поднятые руки). Итак, тогда мы приступим к занятию, а в конце посмотрим, сколько станет поднятых рук после нашего обсуждения.

Основная часть

Упражнение «Корректор».

Цель: развитие избирательности и концентрации внимания.

Ход упражнения: педагог-психолог раздает стимульный материал и объясняет задание: обучающимся необходимо найти и обвести фигуру с определёнными характеристиками: сердечки с определенным узором.



Рисунок 3.8 – Бланк упражнения «Корректор»

Упражнение «Графический диктант».

Цель: развитие концентрации внимания, восприятия информации на слух, навыков следования указаниям.

Ход упражнения: педагог-психолог диктует направление рисунка по клеточкам, обучающиеся выполняют задание.

Разминка «Четыре стихии».

Цель упражнения: гимнастика расслабляющая.

Время: 5 мин.

Ход упражнения: Психолог произносит слова: "земля" - дети опускают руки вниз; "вода" - дети вытягивают руки вперед; "воздух" - поднимают руки вверх; "огонь" - вращают руками в локтях.

Упражнение «Кот и лодыри»

Цель упражнения: подвести детей к пониманию необходимости учения.

Время: 15 мин.

Ход упражнения:

Педагог-психолог читает стихотворение С.Я. Маршака "Кот и лодыри"

Собирались лодыри

На урок,

А попали лодыри

На каток.

Толстый ранец с книжками

На спине,

А коньки под мышками

На ремне.

Видят, видят лодыри:
Из ворот
Хмурый и ободранный
Кот идёт.
Спрашивают лодыри
У него:
– Ты чего нахмурился,
Отчего?
Замяукал жалобно
Серый кот:
– Мне, коту усатому,
Скоро год.
И красив я, лодыри,
И умён,
А письму и грамоте
Не учён.
Школа не построена
Для котят.
Научить нас грамоте
Не хотят.
А теперь без грамоты
Пропадёшь,
Далеко без грамоты
Не уйдёшь.
Ни попить без грамоты,
Ни поесть,
На воротах номера
Не прочесть!
Отвечают лодыри:
– Милый кот,
Нам пойдёт двенадцатый
Скоро год.
Учат нас и грамоте
И письму,
А не могут выучить

Ничему.

Нам учиться, лодырям,

Что-то лень.

На коньках катаемся

Целый день.

Мы не пишем грифелем

На доске,

А коньками пишем мы

На катке!

Отвечает лодырям

Серый кот:

– Мне, коту усатому,

Скоро год.

Много знал я лодырей

Вроде вас,

А с такими встретился

В первый раз!

Затем педагог-психолог задает детям вопросы:

– Кто такой лодырь? Назови иначе такого человека.

– Быть лодырем - это плохо или хорошо?

– Что может случиться с лодырем в будущем, когда он вырастет?

– Можно ли пропускать уроки без уважительной причины и почему?

– Зачем люди учатся?

– Зачем дети ходят в школу?

Упражнение «Быстрота реакции».

Цель: развитие скорости слуховой обработки информации и оперативной памяти.

Ведущий быстро зачитывает следующие слова: усы, спор, сани, ослик, лист, обруч, поле, узор, запас, протокол, забота, облик, дочка, утка, куртка. А учащиеся должны, слушая, записывать вторую букву каждого слова.

Что получилось? Ведущий демонстрирует, что должно получиться у всех участников игры: Спасибо за работу.

Заключительная часть

Педагог-психолог запрашивает обратную связь с помощью наводящих вопросов: «Что нового вы узнали на занятиях?», «Достигли ли вы новых результатов?», «Кто знает, зачем нужно учиться в школе?», «Расскажите, как вы поняли, зачем учиться в школе».

Занятие 9 «Повторение».

Цель: развитие логического мышления, учебной мотивации, мелкой моторики.

Задачи:

1. Развить логическое мышление, мелкую моторику;
2. Способствовать формированию учебно-познавательной мотивации.

Оборудование: раздаточный материал, листы для оригами, проектор.

Структура занятия:

1. Вводная часть.
2. Основная часть.
3. Заключительная часть.

Вводная часть

Педагог-психолог: «Здравствуйте, ребята! Сегодня мы продолжим развивать ваши способности. Что нового вы бы хотели научиться делать?»

Основная часть

Упражнение «Логические концовки».

Цель: развивать логическое мышление, воображение, речь.

Детям предлагается закончить предложение:

Ты ходишь ногами, а бросаешь...(руками).

Если стол выше стула, то стул...(ниже стола).

Если два больше одного, то один...(меньше двух).

Если Саша вышла из дома раньше Сережи, то Сережа...(вышел позже Саши).

Если река глубже ручейка, то ручеек...(мельче реки).

Если сестра старше брата, то брат...(младше сестры).

Если правая рука справа, то левая...(слева).

Мужчины стареют и становятся дедушками, а женщины...(бабушками).

Упражнение «Корректор».

Цель: развитие избирательности и концентрации внимания.

Ход упражнения: педагог-психолог раздает стимульный материал и объясняет задание: обучающимся необходимо найти и обвести фигуру с определёнными характеристиками.

Разминка «Четыре стихии».

Цель упражнения: гимнастика расслабляющая.

Время: 5 мин.

Ход упражнения: Психолог произносит слова: "земля" - дети опускают руки вниз; "вода" - дети вытягивают руки вперед; "воздух" - поднимают руки вверх; "огонь" - вращают руками в локтях.

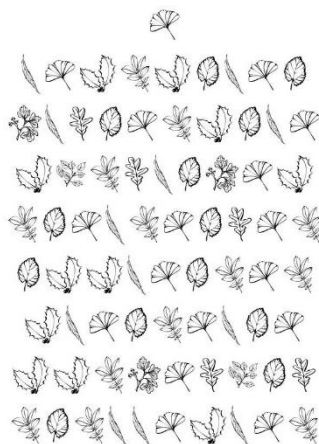


Рисунок 3.9 – Бланк упражнения «Корректор»

Упражнение «Мотивы моей учёбы».

Цель упражнения: осознание учениками мотивов их обучения.

Время: 15 мин.

Ход упражнения: Ученикам необходимо продолжить предложение «Я учусь в школе потому, что...»

Оригами «Лисичка».

Цель: развитие творческих способностей, пространственного воображения, мелкой моторики рук.

Педагог-психолог демонстрирует схемы сборки оригами, обучающиеся повторяют, при надобности обращаются за помощью.

Заключительная часть

Педагог-психолог запрашивает обратную связь с помощью наводящих вопросов: «Что нового вы узнали на занятиях?», «Достигли ли вы новых результатов?».

Занятие 10. «Заключительное занятие».

Цель: развитие произвольного внимания, учебной мотивации, мелкой моторики.

Задачи:

1. Развить произвольное внимание, мелкую моторику;
2. Способствовать формированию учебно-познавательной мотивации;
3. Осуществить повторную диагностику уровня адаптации.

Оборудование: раздаточный материал, листы для оригами, проектор.

Структура занятия:

1. Вводная часть.
2. Основная часть.
3. Заключительная часть.

Вводная часть

Упражнение «Что поможет мне учиться»

Педагог-психолог: «Сегодня мы все вместе попробуем ответить на вопрос «Что поможет мне учиться?». У нас будет «голосование» (большой палец, поднятый вверх, означает «согласен», опущенный вниз – «не согласен»), со следующим утверждением: «Я точно знаю, с чем я могу справиться». «Я знаю, что я уже умею делать, а чему мне еще надо учиться». «Я умею жить по расписанию». «Я знаю и стараюсь соблюдать школьные правила». «Я представляю, где и у кого могу получить помощи». «Я умею внимательно слушать в классе». «Я знаю, что могу рассчитывать на помощь друга». «Я умею заботиться о своем здоровье».

Педагог-психолог: «Что из вышеперечисленного вы считаете особенно важным?», «Что еще помогает вам в учёбе?».

Основная часть

Упражнение «Корректор».

Цель: развитие избирательности и концентрации внимания.

Ход упражнения: педагог-психолог раздает стимульный материал и объясняет задание: обучающимся необходимо найти и обвести фигуру с определёнными характеристиками.

Упражнение «Найди слово».

Цель: развитие фонематического восприятия и навыков анализа состава слова.

На доске слова, в каждом отыскать другое, спрятавшееся в нем, слово:

смех – (мех)	мель – (мел)
волк – (вол)	набор – (бор)
столб – (стол)	укол – (кол)
коса – (оса)	дорога – (рога)
полк – (пол)	олень – (лень)
зубр – (зуб)	пирожок – (пир, рожок)
удочка – (дочка)	китель – (кит)

Разминка «Сделай как скажу, а не покажу».

Цель: развитие произвольного поведения, внимательности.

Педагог-психолог встает перед детьми и выполняет различные упражнения, одновременно подавая команды: «Руки вверх!»; «Руки вниз!»; «Руки в стороны» и т.д.

Дети должны повторять за ним действия, но ориентироваться только на словесные команды, а не действия психолога (психолог может сказать «Руки вверх!», а сам опустить их вниз). Ребенок должен «оттормозить» импульсивное повторение движения взрослого и действовать только по словесной команде.

Оригами «Зайчик».

Цель: развитие творческих способностей, пространственного воображения, мелкой моторики рук.

Педагог-психолог демонстрирует схемы сборки оригами, обучающиеся повторяют, при надобности обращаются за помощью.

Педагог-психолог раздаёт листы со стимульным материалом методики «Дерево» Л. П. Пономаренко и объясняет как с ним работать.

Педагог-психолог: «Как вы помните, мы с вами уже выполняли это задание, сейчас вам нужно выполнить его ещё раз. Рассмотрите дерево на ваших листках. Вы видите на нем и рядом с ним множество человечков. У каждого из них – разное настроение и они занимают различное положение. Возьмите красный фломастер и обведите того человечка, который напоминает вам себя, похож на вас, ваше настроение в новой школе и ваше положение. Мы проверим насколько вы внимательны. Обратите внимание, что каждая ветка дерева может быть равна вашим достижениям и успехам. Теперь возьмите зеленый фломастер и обведите того человечка, которым вы хотели бы быть и на чьем месте вы хотели бы находиться».

Обучающиеся выполняют задание, педагог-психолог отвечает на возникшие вопросы.

Заключительная часть

Педагог-психолог: «Наши занятия подходят к концу, ребята, расскажите, что нового вы узнали за то время, что мы занимались. Что нового вы теперь умеете? Что вам больше всего понравилось?»

Обучающиеся отвечают на вопросы, педагог-психолог подводит итог и прощается.

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Результаты исследования психолого-педагогической адаптации первоклассников к условиям образовательной организации

Таблица 4.1 – Результаты диагностики уровня адаптации первоклассника по методике «Изучение социально – психологической адаптации ребенка в школе»
Э.М. Александровской (экспертная оценка учителя) после реализации коррекционно-развивающей программы

Ф.И. ребёнка	Количественный результат	Качественный результат
1.	25	Нормальная адаптация
2.	26	Нормальная адаптация
3.	17	Неполная адаптация
4.	25	Нормальная адаптация
5.	22	Нормальная адаптация
6.	30	Нормальная адаптация
7.	21	Неполная адаптация
8.	34	Нормальная адаптация
9.	22	Нормальная адаптация
10.	25	Нормальная адаптация
11.	25	Нормальная адаптация
12.	21	Неполная адаптация
13.	20	Неполная адаптация
14.	23	Нормальная адаптация
15.	26	Нормальная адаптация
16.	26	Нормальная адаптация
17.	25	Нормальная адаптация
18.	24	Нормальная адаптация
19.	23	Нормальная адаптация
20.	26	Нормальная адаптация

Итого:

Нормальная адаптация – 80 % (16 человек).

Неполная адаптация – 20 % (4 человека).

Дезадаптация – 0 % (0 человек).

Таблица 4.2 – Результаты диагностики уровня адаптации первоклассника по методике «Экспертная оценка адаптированности ребенка к школе (для родителей) В.И. Чириков, О.Л. Соколова, О.В. Сорокина после реализации коррекционно-развивающей программы

Ф.И. ребёнка	Количественный результат	Качественный результат
1.	25	Нормальная адаптация
2.	25	Нормальная адаптация
3.	26	Нормальная адаптация
4.	27	Нормальная адаптация
5.	24	Нормальная адаптация
6.	29	Нормальная адаптация
7.	24	Нормальная адаптация
8.	27	Нормальная адаптация
9.	25	Нормальная адаптация
10.	26	Нормальная адаптация
11.	27	Нормальная адаптация
12.	21	Нормальная адаптация
13.	22	Нормальная адаптация
14.	25	Нормальная адаптация
15.	20	Нормальная адаптация
16.	25	Нормальная адаптация
17.	25	Нормальная адаптация
18.	28	Нормальная адаптация
19.	25	Нормальная адаптация
20.	30	Нормальная адаптация

Итого:

Нормальная адаптация – 100 % (20 человек).

Неполная адаптация – 0 % (0 человек).

Таблица 4.3 – Результаты диагностики уровня адаптации первоклассника по методике «Дерево» Л.П. Пономаренко после реализации коррекционно-развивающей программы

Ф.И. ребёнка	Качественный результат
1.	Общительность, стремление к дружеской поддержке
2.	Устойчивое положение/норма, установка на преодоление препятствий
3.	Отстранённость, тревожность, мотивация на развлечения
4.	Общительность, дружеская поддержка, установка на преодоление препятствий
5.	Устойчивое положение/норма, склонность к отстранённости
6.	Комфортное состояние, нормальная адаптация
7.	Позиция преодоления трудностей, стремление к общению
8.	Устойчивое положение/норма, стремление к общению
9.	Установка на лидерство, стремление к развлечению
10.	Общительность, дружеская поддержка, установка на преодоление препятствий
11.	Кризисное состояние, стремление к лидерству

Продолжение таблицы 4.3

12.	Установка на преодоление препятствий
13.	Установка на преодоление препятствий, стремление к комфортному состоянию
14.	Общительность, готовность к преодолению препятствий
15.	Общительность, дружеская поддержка, мотивация на развлечение
16.	Устойчивое положение/норма, стремление к преодолению препятствий
17.	Комфортное состояние, нормальная адаптация, стремление к сохранению устойчивого положения
18.	Общительность, дружеская поддержка, установка на преодоление препятствий
19.	Устойчивое положение/норма
20.	Устойчивое положение/норма, установка на лидерство, развлечения

Итого:

Нормальная адаптация – 90 % (18 человек).

Неполная адаптация – 10 % (2 человека).

Таблица 4.4 – Расчёт Т-критерия Вилкоксона по результатам диагностики социально-психологической адаптации по методике «Изучение социально-психологической адаптации в школе» Э.М. Александровской до и после реализации программы по сопровождению адаптации первоклассников

№	До	После	Сдвиг	Сдвиг	Ранг
1.	22	25	+3	3	13
2.	25	26	+1	1	2,5
3.	14	17	-3	3	<u>13</u>
4.	26	25	+1	1	2,5
5.	19	22	-3	3	<u>13</u>
6.	20	30			
7.	19	21	+2	2	7,5
8.	32	34	+2	2	7,5
9.	20	22	+2	2	7,5
10.	22	25	+3	3	13
11.	25	25			
12.	20	21	+1	1	2,5
13.	16	20	+4	4	16
14.	17	23	+6	6	17
15.	29	23	+3	3	13
16.	27	26	-1	1	<u>2,5</u>
17.	25	25			
18.	22	24	+2	2	7,5
19.	21	23	+2	2	7,5
20.	28	26	-2	2	<u>7,5</u>

Таблица 4.5 – Расчёт Т-критерия Вилкоксона по результатам диагностики уровня адаптированности по методике «Экспертная оценка адаптированности ребёнка к школе (для родителей)» В.И. Чириков, О.Л. Соколова, О.В. Сорокина до и после реализации программы по сопровождению адаптации первоклассников

№	До	После	Сдвиг	Сдвиг	Ранг
1.	24	25	+1	1	4
2.	24	25	+1	1	4
3.	24	26	+2	2	10,5
4.	25	27	+2	2	10,5
5.	25	24	-1	1	<u>4</u>
6.	28	29	+1	1	4
7.	23	24	+1	1	4
8.	27	27			
9.	26	25	-1	1	<u>4</u>
10.	22	26	+4	4	16
11.	21	27	+6	6	17
12.	18	21	+3	3	14,5
13.	20	22	+2	2	10,5
14.	23	25	+2	2	10,5
15.	21	20	-1	1	<u>4</u>
16.	22	25	+3	3	14,5
17.	23	25	+2	2	10,5
18.	28	28			
19.	25	25			
20.	28	30	+2	2	10,5

Таблица 4.6 – Расчёт углового преобразования Фишера по методике «Дерево Л.П. Пономаренко

	Норма адаптации		Неполная адаптация		Сумма, чел.
1. До реализации программы	16	80 %	4	20 %	20
2. После реализации программы	18	90 %	2	10 %	20