



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

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ
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:

57,63 % авторского текста

Работа рекоменд. к защите

рекомендована/не рекомендована

«10» 06 2022 г.

зав. кафедрой ТиПП

[подпись] Кондратьева О. А.

Выполнила:

студентка группы ОФ-410-227-4-1

Дедышева Наталья Николаевна

Научный руководитель:

кандидат педагогических наук, доцент

кафедры

Капитанец Елена Германовна

ТиПП

Челябинск

2022

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПСИХОЛОГО- ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К УСЛОВИЯМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ.....	8
1.1 Проблема адаптации в психолого–педагогических 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.....	24
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО- ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К УСЛОВИЯМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ.....	33
2.1 Этапы, методы и методики исследования адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.....	33
2.2 Характеристика выборки и анализ результатов исследования адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.....	43
ГЛАВА 3. ОПЫТНО–ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГО–ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К УСЛОВИЯМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ.....	52
3.1 Программа психолого–педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.....	52
3.2 Анализ результатов опытно–экспериментального исследования психолого–педагогического сопровождения процесса адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.....	59

3.3 Рекомендации педагогам и родителям по проблеме адаптации первоклассников к условиям образовательной организации	69
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	81
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	85
ПРИЛОЖЕНИЕ 1 Методики диагностики адаптации первоклассников к условиям образовательной организации	94
ПРИЛОЖЕНИЕ 2 Результаты исследования адаптации первоклассников к условиям образовательной организации	100
ПРИЛОЖЕНИЕ 3 Программа психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации ..	103
ПРИЛОЖЕНИЕ 4 Результаты опытно-экспериментального исследования психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации	119

ВВЕДЕНИЕ

Все более актуальной становится задача возникновения и развития школьной адаптации, что является составной частью масштабной задачи охраны здоровья учащихся. Изменения, происходящие в настоящее время в нашем обществе, предъявляют к подрастающему поколению требования самостоятельности, способности к самообразованию, инициативности. Система образования признаёт приоритетность развития каждого ребёнка, формирование его активной позиции, а также приобщение к основам культуры познания [5, с. 108].

Как предмет научного исследования адаптация детей младшего школьного возраста предстает в качестве проблемы социальной адаптации и сохранения психического здоровья личности, принципиальные аспекты которой находят отражение в психологической, педагогической и научно-методической литературе.

Проблеме социально-психологической адаптации младших школьников уделяется значительное внимание в теоретических, методологических, экспериментальных и прикладных исследованиях таких педагогов, психологов и физиологов, как: М.А. Амонашвили, Л.И. Божович, Л.С. Выготский, Н.И. Гуткина, И.В. Дубровина, З.И. Калмыкова, Г.Г. Кравцов, Р.В. Овчарова, В.С. Мухина, А.В. Петровский, Н.Г. Салмина, Д.Н. Узнадзе, А.Л. Ухтомской, Д.Б. Эльконин и др.

Особенно значим процесс адаптации для первоклассников, поскольку изменение ведущего вида деятельности ребенка, социальной группы, в которую входит ребенок, сущности позиции, которую занимает ребенок в глазах окружающих и самого себя сильно влияют на формирование психики ребёнка. Гармоничное вхождение в новую для ребенка школьную ситуацию определяется рядом факторов и организационно-педагогических условий, среди которых есть и те, что препятствуют адаптации, и те, что этому способствуют [8, с. 83].

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность программы психолого-педагогического сопровождения 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 к условиям образовательной организации изменится при реализации программы психолого-педагогического сопровождения, включающей игровые методы, упражнения на повышение школьной мотивации, снижение школьной тревожности и коррекцию самооценки.

Задачи:

1. Изучить проблему адаптации в психолого-педагогических исследованиях.
2. Охарактеризовать особенности адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.
3. Теоретически обосновать модель психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.
4. Определить этапы, методы, методики исследования адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.
5. Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты исследования первоклассников к условиям образовательной организации.
6. Разработать и реализовать программу психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.
7. Проанализировать результаты применения программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к

условиям образовательной организации с использованием математико-статистической обработки данных.

8. Дать рекомендации педагогам и родителям по проблеме адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

Методы и методики исследования:

1. Теоретические: анализ и обобщение психолого-педагогической литературы, целеполагание, моделирование.

2. Эмпирические: констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, анкетирование, тестирование, проективный метод.

3. Психодиагностические: методика Н.Г. Лускановой «Оценка уровня школьной мотивации», проективная методика диагностики школьной тревожности А.М. Прихожан, методика исследования уровня самооценки В.Г. Щур «Лесенка».

4. Математико-статистические: критерий выявления направленности и выраженности изменений в уровне исследуемого признака T – критерий Вилкоксона.

База исследования: Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №9 имени 63-ей добровольческой танковой бригады» Еманжелинского муниципального района Челябинской области. Для исследования адаптации были изучены результаты диагностики 1 «а» класса в количестве 30 человек.

Апробация: по теме квалификационной работы опубликованы статьи:

Долгова, В. И. Исследование адаптации первоклассников с учетом гендерных различий [Электронный ресурс] / В. И. Долгова, Е. Г. Капитанец, Н. Н. Дедышева – Учёные записки университета имени П. Ф. Лесгафта, – 2021. – № 12 (202). – С. 486-493 – Режим доступа: <https://lesgaft-notes.spb.ru/ru/node/21190>. – Загл. с экрана.

Дедышева Н. Н. Психолого-педагогическое сопровождение адаптации первоклассников к условиям образовательной организации [Электронный ресурс] // Современные научные исследования в сфере педагогики и психологии: сборник трудов Всероссийской научно-практической конференции (24.09.22.) №6. – Киров: МЦИТО, 2021.

Участие в секционном заседании «Актуальные проблемы психологического консультирования в образовании» Ежегодной студенческой научно-практической конференции (ЮУрГГПУ, 2022г.).

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

1.1 Проблема адаптации в психолого–педагогических исследованиях

Идея перехода человечества на новую качественную ступень развития постепенно становится общепринятой и требует теоретического обоснования. С этим связано появление огромное количества концепций и теорий. В этом ряду особенное место занимает проблема адаптации, которая отображает сущность современных социальных процессов. Развитие социальных процессов предполагает усложнение взаимодействий между различными структурными подсистемами и элементами. Следовательно, адаптированность человека к новым социальным процессам становится необходимым критерием для всеобщего эволюционного развития.

Термин «адаптация» прочно вошел в научный и бытовой обиход, но его содержание многозначно. Сложность и многоаспектность содержания понятия адаптации говорит о том, что назрела необходимость анализа имеющихся в научной литературе взглядов и подходов к ее пониманию.

Понятие адаптации, в его наиболее широком определении означает соответствие между живой системой и внешними условиями, причём адаптация – это и процесс, и результат, то есть определённая организация [1, с. 138]. С физиологической точки зрения, адаптация – это перестройка внутреннего динамического стереотипа в зависимости от изменения внешних условий [20, с. 32].

Так, И. П. Павлов, объясняя принципы биологической адаптации, считал, что внешние условия жизни, внешняя среда есть внешний стереотип. «При изменении обычного образа жизни, – отмечал И.П. Павлов, – при прекращении привычных занятий возникают нарушения

старого динамического стереотипа и трудности установки нового» [Цит. по: 64, с. 243].

Своими исследованиями Ж. Пиаже, внес важнейший вклад в разработку понятия адаптации, уточнив значимость равновесия между средой и организмом.

Адаптация, по Ж. Пиаже, обеспечивает равновесие между воздействием организма на среду и обратным воздействием среды или, что одно и то же, равновесие во взаимодействии субъекта и объекта [Цит. по: 44, с. 413].

Дальнейшее развитие теория адаптации получает в работах отечественных психологов. Так, А.Н. Леонтьев на основе своих исследований подтвердил, что процесс адаптации человека не только отличается от процесса адаптации животных, но и происходит под контролем сознания. Причём каждый человек в силу своих индивидуальных психологических особенностей имеет индивидуальные приспособительные механизмы, а, следовательно, и свой тип адаптации [Цит. по: 24, с. 73].

Адаптация рассматривается во множестве аспектах. Так, например, изучением адаптации на генетическом уровне занимались Н. В. Васильев и Г. Селье. На уровне психических функций и поведения адаптацию рассматривали П.К. Анохин и И.П. Павлов. Исследования адаптации на эмоциональном уровне проводили В.М. Банщиков, В.П. Казначеев и А.Д. Слоним. Изучением адаптации с точки зрения когнитивных структур мозга занимались Р. Немов и О. Ротанова. Механизмы индивидуальной адаптации изучали Р.Ю. Ильючонок Р.Ю. и Р.В. Тонкова-Ямпольская. Н.М. Аксарина, А. Атанасова-Внукова и Е. Шмидт-Кольмер в своих исследованиях обращали внимание на особенности адаптации человека. А развитием адаптационных механизмов в разном возрасте интересовались Н.Д. Ватутина, Н.П. Жукова и другие [50, с. 240].

В Российской педагогической энциклопедии вводится такое понятие как социальная адаптация, которая определяется как приспособление человека к условиям новой социальной среды, то есть является одним из социально-психологических механизмов социализации личности.

С.Е. Кузьмин и В.Е. Семёнова определяли социально-психологическую адаптацию как взаимодействие личности и социальной среды, которое приводит к оптимальному соотношению целей и ценностей личности и группы. В ходе социально-психологической адаптации реализуются потребности, интересы и стремления личности, раскрывается и развивается её индивидуальность, личность входит в новое социальное окружение, становится полноправным членом коллектива, и таким образом самоутверждается [Цит. по: 3, с. 178].

Анализ понятия «социальная адаптация» представляется сложным по двум обстоятельствам.

Во-первых, социальная адаптация есть взаимодействие двух взаимно адаптирующихся структурно-сложных систем личности и социальной среды. Социальная среда и личность, являющаяся субъектом и объектом общественных отношений, находятся в сложном взаимодействии: личность в такой же мере адаптирует к себе социальную среду, в какой степени социальная среда адаптирует к себе личность.

Во-вторых, термин «адаптация» наделен социальным содержанием с сохранением некоторых биологических характеристик.

Имея в виду биосоциальную природу человека, механизмы адаптации необходимо рассматривать на разных уровнях его биологической и социальной организации: адаптацию к постоянно действующим факторам среды обеспечивают генетические программы, сформированные в процессе длительной биологической эволюции [31, с. 41].

В настоящее время результатом адаптационного процесса является относительное соответствие (баланс) состояния и поведения человека

условиям социальной среды, то есть социально-психологическая адаптированность личности.

Социально-психологическая адаптированность – это интегральный показатель состояния человека, отражающий его возможности выполнять определенные биосоциальные функции [14, с. 272]. Основными проявлениями психологической адаптированности человека в обществе являются его взаимодействие с окружающими людьми и его активная деятельность. Важнейшими средствами достижения психологической адаптации являются общее образование и воспитание, а также трудовая и профессиональная подготовка.

Адаптация человека включает несколько уровней:

1. Биологический. Биологическая адаптация человека является элементарным низшим и в то же время фундаментальным уровнем, который оказывает существенное влияние на все вышележащие и более сложные уровни и виды адаптации человека к среде и к себе самому;

2. Физиологический. Физиологическая адаптация – это совокупность физиологических реакций организма; данный вид адаптации нельзя рассматривать отдельно от психического и личностного компонентов [16, с. 52];

3. Социально-психологический. Социально-психологическая адаптация представляет собой процесс активного приспособления. Отношения со средой здесь совсем иные, так как сам человек влияет на среду, там самым меняет социально-психологическую ситуацию [57, с. 156].

Процесс социальной адаптации носит конкретно-исторический характер, который по-разному влияет на личность или подталкивает ее к определенному выбору механизмов действия в заданном контексте времени.

Процесс социальной адаптации необходимо рассматривать на трех уровнях:

1. Общество (макросреда) – адаптация личности и социальных слоев к особенностям социально-экономического, политического, духовного и культурного развития общества;
2. Социальная группа (микросреда) – адаптация человека или, наоборот, несовпадение интересов человека с социальной группой (производственный коллектив, семья, учебный коллектив и пр.);
3. Сам индивид (внутриличностная адаптация) – стремление достичь гармонии, сбалансированности внутренней позиции личности и ее самооценки с позиции других индивидуумов.

Человек входит в широкую систему профессиональных, деловых, межличностных, социальных отношений, которые позволяют ему адаптироваться в данном социуме. Система социальной адаптации включает разные виды адаптивных процессов: производственная и профессиональная адаптация; бытовая; досуговая; политическая и экономическая; адаптация к формам общественного сознания; к природе и др. [12, с. 134].

Любой вид социальной адаптации требует от человека определенных способностей. Характер и степень адаптации либо дезадаптации личности зависит во многом от биологических, физиологических, психических свойств человека и его социального развития. Но, с другой стороны, хорошо организованная профессиональная работа со стороны социальных служб различного профиля направлена на обеспечение помощи отдельным личностям, группам, социальным слоям общества на различных этапах их развития и уровня их социальной адаптации [6, с. 81].

Необходимо изучение адаптации как сложного механизма социализации личности, включающего, в частности, освоение людьми новых социальных ролей, формирование мотивационной сферы, восприятие индивидами себя, своего окружения и многие другие психологические явления, состояния и образования.

Адаптация как вид взаимодействия личности (либо группы) с общественной средой, в ходе которого согласовываются требования и ожидания его участников, во многом зависит от определяемого индивидом первоначального, само идентифицированного положения в системе общественной иерархии. Самоидентификация личности, выбор, который сделает индивид, осуществляется в соответствии с самоопределением личности, с сопоставлением себя и изменившейся социальной среды [11, с. 92].

Полная социальная адаптация человека включает физиологическую, управленческую, экономическую, педагогическую, психологическую и профессиональную адаптацию.

Управленческая адаптация. Без управления невозможно предоставить человеку благоприятные условия (на работе, в быту), создать предпосылки для развития его социальной роли, влиять на него, обеспечивать деятельность, отвечающую интересам общества и личности [5, с. 110].

Экономическая адаптация. Это самый сложный процесс усвоения новых социально-экономических норм и принципов экономических отношений индивидов, субъектов. Для технологии социальной работы важен так называемый «социальный блок», включающий адаптацию к реальной социальной действительности размеров пособий по безработице, пенсий пособий. Они должны отвечать не только физиологическим, но и социокультурным потребностям человека.

Педагогическая адаптация. Это приспособление к системе образования, обучения и воспитания, которые формируют систему ценностных ориентиров индивида [2, с. 439]. Следует указать и на то, что адаптация человека зависит от комплексного воздействия на него природных, наследственных, географических факторов. Адаптационные изменения представляют собой более или менее сознательные изменения, через которые проходит личность в результате трансформации, перемены

ситуации. Изменения постоянно сопровождают жизнь человека, поэтому для каждого индивида важно быть готовым к критическим периодам, поворотным моментам, сознательному пересмотру своей жизненной позиции в новых обстоятельствах. Это создает реальные предпосылки готовности к полноценной, активной адаптации.

Психологическая адаптация. В психологии адаптацию рассматривают как процесс приспособления органов чувств, к особенностям действующих на них стимулов с целью их лучшего восприятия и предохранения рецепторов от излишней нагрузки. Процесс психологической адаптации человека происходит непрерывно, поскольку постоянно изменяются социально-экономические условия жизни, политические и морально-этические ориентации, экологическая обстановка и т.д. [60, с. 48].

В 1936 г. канадский физиолог Г. Селье ввел понятия «стресс» и «адаптационный синдром». Адаптационный синдром – это совокупность реакций организма человека в ответ на неблагоприятные воздействия. Эти понятия получили чрезвычайно широкое распространение. Одна из основных причин популярности теории стресса состоит в том, что она претендует на объяснение многих явлений повседневной жизни, реакций человека на неожиданные события, возникающие трудности: развитие самых различных заболеваний, как соматических, так и психических [Цит. по: 66, с. 183].

Нормальная жизнедеятельность человека немислима без определенной степени физического и нервно-психического напряжения. Человеку свойствен определенный оптимальный тонус напряжения. Каждый человек должен изучить себя и найти тот уровень напряжения, при котором он чувствует себя наиболее «комфортно», какое бы занятие он ни избрал.

В системе психологической адаптации большую роль играют терапевтические (психотерапевтические) методы воздействия:

дискуссионная терапия, интеракционно-коммуникативные методы (психодрама, гештальттерапия, трансактный анализ), методы, основанные на невербальной активности (арттерапия, музыкотерапия, пантомима, хореотерапия и т.д.), групповая (индивидуальная) поведенческая терапия, суггестивные методы [8, с. 119].

Психологическая поддержка является частью более широкой программы социальной помощи индивидам по ликвидации кризисных ситуаций и оказанию помощи человеку или группе лиц. Главные усилия социальных работников должны быть направлены на содействие социальной адаптации в новых социально-экономических условиях.

Профессиональная адаптация. Это приспособление индивида к новому виду профессиональной деятельности, новому социальному окружению, условиям труда и особенностям конкретной специальности. Успех профессиональной адаптации зависит от склонности адаптанта к конкретной профессиональной деятельности, совпадения общественной и личной мотивации труда и других причин [49, с. 367].

Следовательно, полноценное исследование адаптации человека возможно лишь при реализации комплексного подхода к изучению всех уровней организации человека.

Адаптированность – уровень фактического приспособления человека, уровень его социального статуса и самоощущения, удовлетворенности или неудовлетворенности собой и своей жизнью [4, с. 139]. Человек может быть гармоничен и адаптирован, либо дисгармоничен и дезадаптирован.

Дезадаптация – это частичная или полная утрата человеком способности приспосабливаться к условиям социальной среды. Выделяют следующие виды дезадаптации: патогенную, психологическую, психосоциальную, социально-психологическую и социальную [34, с. 352].

В данном параграфе были проанализированы проблемы процесса адаптации в психолого-педагогических исследованиях. Проблема

адаптации актуальна, так как окружающий нас мир неустанно меняется в рамках процесса эволюции. Мы сами создаём своё будущее, но для того, чтобы соответствовать новым стандартам жизни, очень важно уметь адаптироваться к новым условиям и требованиям, которые диктует социум. Ведь в случае неспособности адаптироваться к новым условиям, человек не сможет гармонично в них развиваться и приносить пользу окружающим. Именно поэтому данная проблема требует внимания и коррекционного подхода для её решения.

1.2 Особенности адаптации первоклассников к условиям образовательной организации

Особенно актуальна тема адаптации для детей младшего школьного возраста, когда ребенок из семейной стабильной среды переходит в другую, подчас более агрессивную среду. При поступлении ребенка в школьное учреждение происходит ломка стереотипов: из знакомой семейной обстановки он попадает в непривычную среду, где всё так незнакомо [32, с. 67].

Другой режим дня, отсутствие родителей, другой стиль общения, новые требования к поведению, постоянный контакт со сверстниками, новое помещение – все эти изменения создают для ребенка стрессовую ситуацию. В результате нарушаются сон, аппетит, появляются различные страхи, ребёнок отказывается общаться с другими детьми, все это сопровождается соматическими заболеваниями, подчас переходящими в хронические. Именно поэтому, насколько быстро и менее болезненно пройдет процесс адаптации, настолько благополучным будет состояние ребенка и его здоровья [32, с. 72].

Приспособление ребенка к школе означает обеспечение понимания необходимости выполнять учебные и социальные требования, принимать на себя ролевые обязательства школьника. Вполне естественно, что такое приспособление происходит не только на внешнем, поведенческом уровне,

но и на внутреннем, личностном; формируются определенные установки. Личностные свойства, делающие ребенка хорошим учеником – послушным, старательным, неконфликтным [54, с. 67].

С другой стороны, адаптация предполагает не только лишь приспособление. Но и создание условий для последующего развития. Тогда получается, что адаптировать младшего школьника – это приспособить его к развитию. В этом случае у обучающегося сформированы психологические свойства и умения, позволяющие в подходящей степени соответствовать требованиям и нормам, у него сформирована способность развиваться в этой среде, воплотить в жизнь свои потребности, не входя в противоречие со средой. Таким образом, школа и ребенок взаимно адаптируются друг к другу.

Адаптация первоклассника может длиться от двух недель до полугода. Продолжительность периода адаптации зависит от таких факторов:

- индивидуальных особенностей ребенка;
- уровня готовности к школе;
- степени развития социальных навыков [45, с. 154].

Целью адаптационного процесса является адекватное включение первоклассника в новую социальную ситуацию [55, с. 249].

Традиционно адаптацией считается процесс привыкания ребенка к условиям школьной жизни. Главное внимание обращается на его социальную составляющую, т.е. первоклассник должен «вжиться в роль ученика»:

- установлен контакт с учителем;
- ребенок осознает круг своих обязанностей и подчиняется школьным требованиям;
- налажены отношения с одноклассниками;
- ребенок не создает конфликтные ситуации в классе;

— владеет необходимыми учебными умениями и навыками.

В связи с введением в начальной школе ФГОС подходы к сути адаптации изменились, значительно расширился перечень критериев успешной адаптации. Согласно новым образовательным стандартам в ходе организации учебно-воспитательного процесса в начальной школе необходимо делать акценты на личностно-ориентированном, системно-деятельностном и здоровьесберегающем подходе. Важно ориентироваться на индивидуальные особенности школьника и перейти от методики «уравнивания» всех детей в классе к методике раскрытия «Я — концепции» каждого ребенка.

Следуя этим требованиям, процесс адаптации первоклассников в условиях ФГОС должен быть переориентирован и учитывать также две другие составляющие.

Физическая адаптация — оценивается по таким параметрам, как ежедневное самочувствие, уровень работоспособности, сон, аппетит, наличие заболеваний, обострение хронических болезней [4, с. 110].

Психологическая адаптация первоклассников к школе — оценивается по таким параметрам, как мотивация к школе и учебе, уровень развития психологических процессов, настроение, готовность и способность к самооцениванию [44, с. 453].

Согласно вышеперечисленным критериям, адаптационный процесс охватывает все стороны жизни ребенка, которые подвергаются серьезным изменениям при поступлении в школу.

Рассматривая адаптацию ребенка к школе, исследователи выделяют уровни, механизмы и показатели адаптации. Так, А.Л. Венгер рассматривает адаптированность как систему качеств личности, умений и навыков, обеспечивающих успешность последующей жизнедеятельности, и выделяет три уровня адаптированности первоклассников [Цит. по: 50, с. 247].

Высокий уровень адаптации характеризуется тем, что первоклассник положительно относится к школе, предъявляемые требования воспринимает адекватно, легко воспринимает учебный материал, глубоко и полно овладевает программным материалом, решает усложненные задачи. Прилежен, внимательно слушает указания и объяснения учителя, без внешнего контроля выполняет поручения, проявляет большой интерес к самостоятельной работе. Всегда готовится ко всем урокам, охотно и добросовестно выполняет общественные поручения. Занимает в классе благоприятное статусное положение.

Средний уровень адаптации характеризуется тем, что первоклассник положительно относится к школе, её посещение не вызывает отрицательных переживаний. Понимает учебный материал, если учитель излагает его подробно и наглядно, усваивает основное содержание учебных программ, самостоятельно решает типовые учебные задачи. При выполнении заданий и поручений сосредоточен и внимателен. Но больше внимания уделяет заданиям, которые в первую очередь интересны для него. Общественные поручения выполняет добросовестно, дружит со многими одноклассниками [59, с. 56].

Низкий уровень адаптации характерен тем, что первоклассник отрицательно относится к школе, нередко жалобы на нездоровье, доминирует подавленное настроение. Наблюдаются нарушения дисциплины, объясняемый учителем материал усваивается фрагментарно, самостоятельная работа с учебным материалом затруднена, к урокам готовится нерегулярно, необходим постоянный контроль, систематическое напоминание и побуждение со стороны взрослого. Сохраняет работоспособность и внимание при удлинённых паузах для отдыха, для понимания нового и решения задач по образцу требуется значительная помощь учителей и родителей. Общественные поручения выполняет под контролем, без особого желания, близких друзей не имеет [43, с. 108].

Уровень адаптивности повышается или понижается под воздействием воспитания, обучения, условий и образа жизни.

Для успешной адаптации первоклассников к школе необходимо обеспечить соблюдение таких условий:

- организация учебно-познавательной деятельности в соответствии с возрастными особенностями шестилеток;
- создание комфортных условий для общения;
- проведение оздоровительно-профилактической работы;
- организация щадящего режима школьных занятий с постепенным переходом к обычному распорядку;
- соблюдение санитарно-гигиенических требований;
- организация активного досуга во внеурочное время;
- формирование положительного отношения семьи к новому статусу ученика;
- проведение постоянного мониторинга уровня адаптации [42, с. 139].

Важную роль в эффективной реализации всех указанных условий играет профессиональный уровень педагогов.

В случае удачного сочетания внешних и внутришкольных факторов ребенок без проблем «входит» в школьную жизнь и не испытывает эмоционального дискомфорта при нахождении в классе. Однако иногда могут возникнуть определенные трудности в адаптации первоклассников к школе. Речь идет о таких обстоятельствах:

- хроническая неуспеваемость – возникает на фоне низкой работоспособности или несформированности учебных умений;
- уход от деятельности – проявляется у детей, обделенных вниманием, на уроках они абсолютно не слушают объяснения учителя а «погружаются в себя»;

— негативистская демонстративность – характеризуется плохим поведением ребенка с целью обратить на себя внимание, при этом любое наказание воспринимается им как желаемое поощрение;

— вербализм – является особым типом развития ребенка, при котором у него очень развита речь, но имеется задержка логического и образного мышления [61, с. 134]. В такой ситуации первоклассник создает впечатление смышленного ребенка, часто имеет завышенную самооценку, но на практике не может справиться с решением задач и творческих заданий;

— проявление лени – может возникать по многим причинам (незначительный процент познавательных мотивов, низкая потребность в теоретических знаниях, неуверенность в собственных силах, особенности темперамента и др.) и приводит к замедлению процесса достижения успеха, снижает интерес к школьной жизни.

Чтобы решить перечисленные проблемы адаптации ребенка к школе необходимо выявить и устранить причину дезадаптации, сформировать у первоклассника положительную мотивацию к повседневной учебной деятельности, оказать ему моральную и эмоциональную поддержку [44, с. 92].

Процесс приспособления ребенка к школе очень многогранен и требует постоянного контроля и коррекции со стороны взрослых [29, с. 68]. Для обеспечения планомерности его протекания администрацией образовательного учреждения должна быть инициирована разработка программы адаптации первоклассников. Это комплексный документ, включающий различные мероприятия, среди которых главными являются:

- диагностика;
- адаптационные и корректирующие занятия с детьми;
- работа с родителями.

Для проведения диагностики можно использовать различные методики по исследованию адаптации первоклассников к школе:

- наблюдение;
- методику изучения учебной мотивации;
- метод люшера;
- методику «домики»;
- методику «лесенка»;
- методику изучения школьной тревожности;
- рисуночную методику «рисунок человека»;
- анкету «внутренняя позиция школьника»;
- социометрию.

Основное задание такой глубокой диагностики – выявить трудности адаптации первоклассников к школе и наметить способы их преодоления. Коррекция проводится путем организации коллективных занятий или индивидуальных консультаций. Мероприятия для детей, делятся на две группы:

1. Общеклассные – проводятся для знакомства ребят друг с другом, с правилами поведения в школе, построения дружеских отношений и т.д.;

2. Групповые, индивидуальные – проводятся для отдельных первоклассников, имеющих определенные проблемы в адаптации [7, с. 53].

Работа с родителями в адаптационный период должна быть направлена на повышение их педагогической образованности. С этой целью необходимо проводить тематические родительские собрания, разработать советы родителям по преодолению трудностей в адаптации ребенка, организовать индивидуальные консультации [47, с. 89].

Эффективная реализация основных направлений программы адаптации первоклассников приводит к смягчению и ускорению процесса

овладения ребенком новым видом деятельности, новой социальной ролью [34, с. 357].

Проблемы адаптации первоклассников к школе являются актуальными для всей системы образования. Каждый ребенок, попадая первый раз в школу, волнуется, переживает и ждет поддержки от взрослых – родителей и учителя. Главная задача, которая должна быть решена в этот период – сохранение, поддержка и развитие индивидуальности ребенка [65, с. 29].

В ситуации, когда совокупность признаков, свидетельствует о несоответствии социально-психологического и психофизического статуса ребенка требованиям ситуации школьного обучения, овладение которой, по ряду причин, становится затруднительным или невозможным, речь идёт о таком понятии, как школьная дезадаптация. Школьная дезадаптация проявляется в нарушениях успеваемости, поведения и межличностных взаимодействий. Уже в начальных классах выявляются дети с подобными проблемами и несвоевременное распознавание их характера и природы, отсутствие специальных корректирующих программ приводят не только к хроническому отставанию в усвоении школьных знаний, к снижению учебной мотивации, но и к различным формам отклонений в поведении [23, с. 69].

Половозрастные особенности накладывают отпечаток на адаптацию к школьной жизни у девочек и мальчиков. Специфика восприятия и переработки информации, мышления и функционирования эмоциональной сферы проявляется в том, что у девочек сильнее развито непроизвольное внимание, их больше привлекает конкретная наглядность. Они легче поддаются внушению, быстрее приспосабливаются к новой обстановке, чувствуют себя увереннее в необычных условиях. Девочки более усидчивы, что позволяет им адекватнее воспринимать требования педагога и выдерживать нагрузку в 35 минут [58, с. 117].

Поведение мальчиков, по сравнению с девочками, отличается более высокой подвижностью, физической активностью, они более раскованы, менее терпеливы и дисциплинированы. Мальчики хуже поддаются воспитательным воздействиям, у них всегда есть свое мнение на то, что происходит, они более устойчивы к внешним факторам, им меньше свойственны прилежание и усердие, что влияет на возможности к адаптации, потому что приспособиться к новым, ограничивающим условиям мальчикам сложно.

В данном параграфе были обозначены особенности адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

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

Сопровождение – это система взаимоотношений между сопровождающим и сопровождаемого с целью решения сложившейся психологической ситуации. Задача психолога, помочь клиенту найти или восстановить внутренний ресурс для разрешения ситуации, выработка планов и способов решения, первичная помощь на начальных стадиях реализации плана действий. В общеобразовательных учреждениях, психолог вместе с ребенком проходит через все стадии его становления в школе, оказывает помощь при выборе конструктивных действий [62, с. 189].

Целью психологического сопровождения в образовании считается организация условий для обеспечения здорового психологического и физического самочувствия школьников.

Условия обучения в начальной школе складываются из совокупности интеллектуальных, психологических и физических нагрузок. Умственных и личностных качеств ребенка.

Анализ психолого-педагогического исследования позволил разработать дерево целей, а также модель психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

Дерево целей – это организованная, составленная по иерархическому принципу совокупность целей системы программы, плана, в которой выделены генеральная цель («вершина дерева»); подчиненные ей подцели первого, второго и последующего уровней («ветви дерева») [26, с. 16].

Цели на различных уровнях данного древа значительно отличаются друг от друга. По уровню от самых абстрактных, до более конкретных целей и практических задач. Дерево целей является наиболее распространенным методом от построения целей и задач до реализации, «от общего к частному».

Дерево целей строится по следующему алгоритму:

1. Определяется генеральная цель.
2. Общая цель делится на подцели первого уровня.
3. Подцели первого уровня делятся на подцели второго уровня.
4. Подцели второго уровня делятся на подцели третьего уровня.

Первый этап в изучении данной проблемы – это этап целеполагания. И он начинается с постановки генеральной цели [22, с. 39].

Представим «дерево целей» психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации на рисунке 1.

Генеральная цель: теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

1. Теоретически обосновать проблему психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

1.1. Изучить феномен адаптации в психолого-педагогической литературе.



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

1.2. Выявить особенности адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

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

2. Организовать и провести опытно-экспериментальное исследование адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

2.1. Определить этапы, методы, методики проведения исследования адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

2.2. Охарактеризовать выборку и проанализировать полученные результаты исследования адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

3. Провести опытно-экспериментального исследования психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

3.1. Разработать и реализовать программу психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

3.2. Проанализировать результаты опытно-экспериментального исследования психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

3.3. Составить рекомендации для педагогов и родителей по проблеме адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

Таким образом, было разработано дерево целей, которое предполагает структурированную, проработанную от общего к целому, совокупность целей системы, программы, плана, в которой определены генеральная цель; подчиненные ей подцели первого, второго уровней [65, с. 32].

Древо целей – это схематическое изображение, которое показывает разбивку совокупных целей на подцели. Верх схемы интерпретируется как цели, ребра или же дуги – как связи меж целями. Данное древо увязывает цели высочайшего значения с определенными способами их заслуги на низшем производственном уровне сквозь ряд интервальных звеньев [26, с. 16].

Психологическое моделирование включает в себя искусственное происхождение и разработку особых критериев, инициирующих нужные по цели исследования (анализ, научение) ответные реакции, воздействия или же взаимосвязь природных носителей психики (человека или же зверей).

Иными словами, экспериментатор в зависимости от предмета и задач изучения делает для изучаемого объекта своеобразную психогенную

историю, в итоге чего моделируется его поведение (для человека в форме работы и общения).

Первый этап моделирования – это целеполагание, или же составления дерева целей.

На основе дерева целей составлена модель психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

Модель – это неестественно выверенная и созданная схема. Так же модель может предоставлять из себя формулу, физическую конструкцию, наборов данных и алгоритмов их обработки и т.п.) [26, с. 19].

Моделью может являться некоторый реальный или воображаемый объект или явление, замещающий оригинальный объект или явление, сохраняя только некоторые важные его свойства, например, в процессе познания (наглядного восприятия, анализа и синтеза) или конструирования.

Другими словами, модель вещественный или же в мыслях воображаемый объект или же явление, замещающий подлинный объект или же явление, предохраняя лишь только кое-какие значимые его качества, к примеру, в процессе знания (созерцания, анализа и синтеза) или же конструирования. На основании целеполагания составлена модель формирования, которая имеет абстрактный, диагностический, создающий, аналитический блоки [32, с. 91].

Задачи моделирования:

- визуализировать систему в ее текущем или желательном для нас состоянии;
- определить структуру или поведение системы;
- получить шаблон, позволяющий затем сконструировать систему;
- документировать принимаемые решения, используя полученные модели.

Моделирование в психологии – построение моделей осуществления тех или иных психологических процессов с целью формальной проверки их работоспособности [26, с. 16].

В формирующем комплексе можно выделить четыре блока:

- теоретический;
- диагностический;
- формирующий;
- аналитический.

Модель психолого-педагогического сопровождения адаптации к условиям образовательной организации представлена на рисунке 2.

Характеристика блоков:

1. Теоретический блок включает в себя постановку цели, задач, методов, изучение феномена адаптации и особенностей адаптации у первоклассников к условиям образовательной организации путём анализа психолого-педагогической литературы.

Методы: анализ и обобщение психолого-педагогической литературы, целеполагание, моделирование.

2. Диагностический блок включает в себя диагностическое исследование адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

Методы: констатирующий эксперимент, тестирование, анкетирование.

Методики: методика «Оценка уровня школьной мотивации» Н.Г. Лускановой, проективная методика диагностики школьной тревожности А.М. Прихожан, методика исследования уровня самооценки «Лесенка» В.Г. Щур.

3. Формирующий блок включает в себя разработку и реализацию программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

Методы: формирующий эксперимент, игровые методы, упражнения на развитие произвольности, навыков коммуникации и ориентации в пространстве.

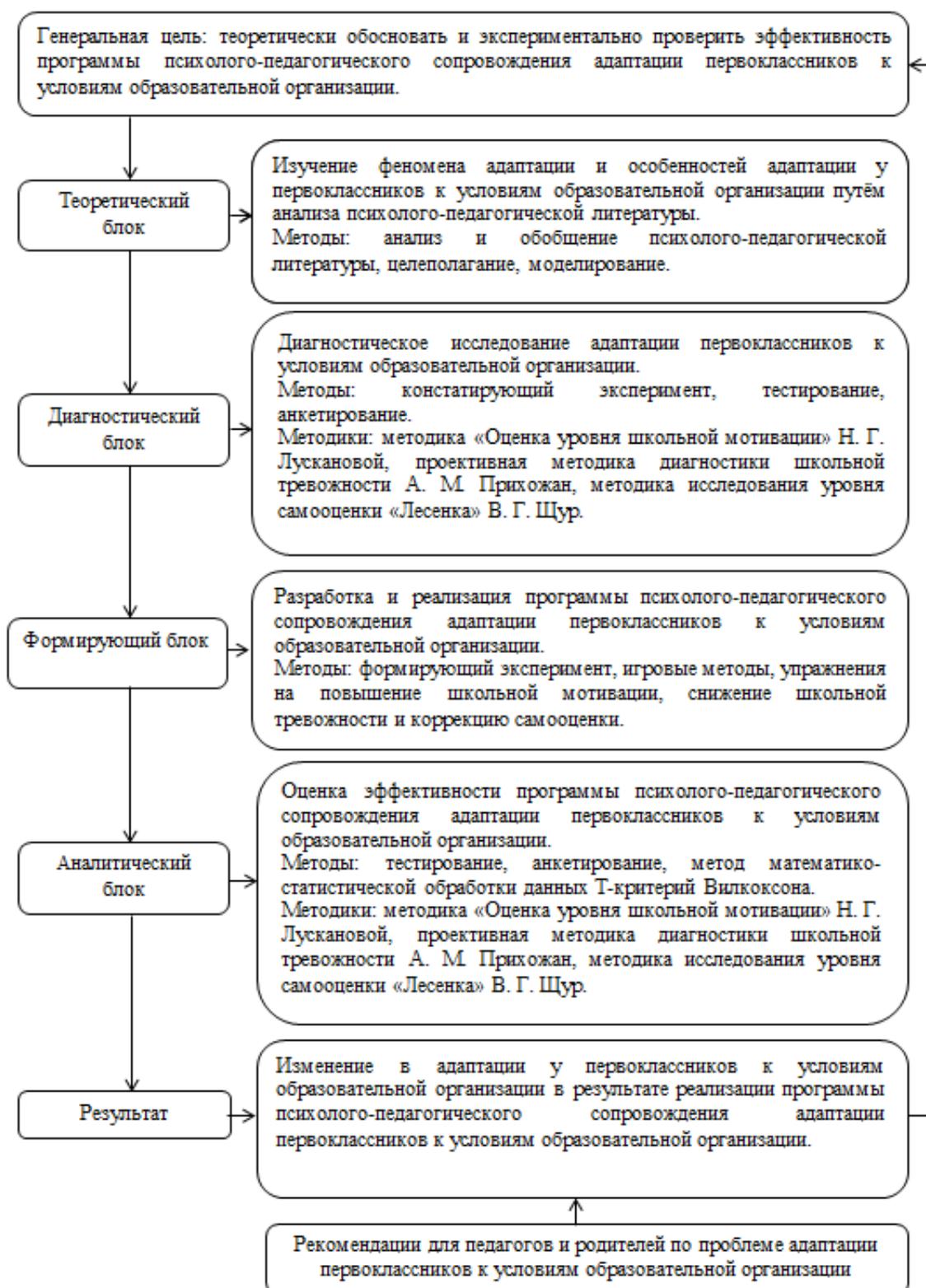


Рисунок 2 – Модель исследования психолого–педагогического сопровождения адаптации к условиям образовательной организации

4. Аналитический блок включает в себя оценку эффективности программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

Методы: тестирование, анкетирование, метод математико-статистической обработки данных Т – критерий Вилкоксона.

Методики: методика «Оценка уровня школьной мотивации» Н.Г. Лускановой, проективная методика диагностики школьной тревожности А.М. Прихожан, методика исследования уровня самооценки «Лесенка» В.Г. Щур.

Таким образом, в данном параграфе было разработано дерево целей и модель психолого–педагогического сопровождения адаптации к условиям образовательной организации, с целью наглядной демонстрации системы и определение структуры или поведения системы.

Выводы по главе 1

Адаптация – это механизм социализации личности, включение ее в систему новых отношений и общественных связей. При поступлении первоклассника в школу он попадает в абсолютно иные условия существования и новый круг общения, следовательно, сталкивается с рядом проблем, связанных с новой социальной ролью – роль ученика. Первокласснику необходимо перейти от игровой к учебной познавательной деятельности, привыкнуть к новым обязательствам и новым людям, с которыми необходимо устанавливать связи. От того, как быстро ребёнок справится с этими проблемами, зависит на сколько качественно и быстро пройдёт его адаптация к учебному процессу.

Продолжительность периода адаптации зависит от таких факторов:

- индивидуальных особенностей ребенка;
- уровня готовности к школе;
- степени развития социальных навыков.

Целью адаптационного процесса является адекватное включение первоклассника в новую социальную ситуацию.

Согласно новым образовательным стандартам в ходе организации учебно-воспитательного процесса в начальной школе необходимо делать акценты на личностно-ориентированном, системно-деятельностном и здоровьесберегающем подходе. Важно ориентироваться на индивидуальные особенности школьника и перейти от методики «уравнивания» всех детей в классе к методике раскрытия «Я – концепции» каждого ребенка.

Согласно вышеперечисленным критериям, адаптационный процесс охватывает все стороны жизни ребенка, которые подвергаются серьезным изменениям при поступлении в школу.

Для хорошего протекания адаптации первоклассников к условиям образовательной организации необходимо разработать модель психолого-педагогического сопровождения.

Модель психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации состоит из целевого, теоретического, диагностического, формирующего и аналитического блоков.

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

2.1 Этапы, методы и методики исследования адаптации первоклассников к условиям образовательной организации

Этапы исследования адаптации первоклассников:

1. Поисково–подготовительный. На данном этапе была изучена и проанализирована психолого-педагогическая и методическая литература для исследования адаптации первоклассников в условиях образовательной организации, сформулированы цель, объект, предмет, задачи, методы и гипотезу исследования. Также на данном этапе был произведён подбор методик, позволяющих оценить уровень адаптации первоклассников в условиях образовательной организации с учетом возрастных особенностей детей данного возраста.

2. Опытно–экспериментальный. На данном этапе была проведена первичная диагностика в три этапа (в разные дни), для того чтобы была возможность тщательно проработать каждую из методик, а также чтобы не перегружать детей, тем самым не исказить результаты, на которые могла повлиять усталость. На начальном этапе понадобилось время для создания положительного контакта с детьми для дальнейшего доверительного взаимодействия. Диагностики проходили в рамках классных часов. Также на данном этапе были проанализированы результаты исследования, занесены данные в общие сводные таблицы, а также данные были представлены в виде гистограмм для лучшего визуального восприятия результатов:

— результаты по методике «Оценка уровня школьной мотивации» Н.Г. Лускановой представлены на рисунке 3, в таблице 2.1. в ПРИЛОЖЕНИИ 2;

— результаты по проективной методике диагностики школьной тревожности А.М. Прихожан представлены на рисунке 4, в таблице 2.2. в ПРИЛОЖЕНИИ 2;

— результаты по методике исследования самооценки «Лесенка» А.Г. Щур представлены на рисунке 5, в таблице 2.3. в ПРИЛОЖЕНИИ 2.

Таким образом, был обоснован выбор экспериментальной группы, определено оптимальное содержание экспериментальной работы, ее структура и организационные формы, разработана и реализована психолого-педагогическая программа сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации. По итогу реализации программы психолого-педагогического сопровождения была проведена повторная диагностика испытуемых.

3. Контрольно-обобщающий. На данном этапе были интерпретированы ответы повторной диагностики, занесены данные в общие сводные таблицы, а также данные были представлены в виде гистограмм для лучшего визуального восприятия результатов:

— сравнение результатов первичной и повторной диагностики по методике «Оценка уровня школьной мотивации» Н.Г. Лускановой представлены на рисунке 6, в таблице 4.1. в ПРИЛОЖЕНИИ 4;

— сравнение результатов первичной и повторной диагностики по проективной методике диагностики школьной тревожности А.М. Прихожан представлены на рисунке 7, в таблице 4.2. в ПРИЛОЖЕНИИ 4;

— сравнение результатов первичной и повторной диагностики по методике исследования самооценки «Лесенка» В.Г. Щур представлены на рисунке 8, в таблице 4.3. в ПРИЛОЖЕНИИ 4.

По результатам исследования по трем методикам была проведена математико-статистическая обработка результатов, подтвердившая гипотезу. В действительности уровень адаптации первоклассников к условиям образовательной организации изменится при реализации программы психолого-педагогического сопровождения, включающей

игровые методы, упражнения на повышение школьной мотивации, снижение школьной тревожности и коррекцию самооценки. Этому свидетельствуют выявленные с помощью математико-статистической обработки изменения в уровне школьной мотивации, тревожности и самооценки между данными первичной и повторной диагностики.

В исследовании были использованы методы:

1. Теоретические: анализ и обобщение психолого-педагогической литературы, целеполагание, моделирование.
2. Эмпирические: констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, анкетирование, тестирование, проективный метод.
3. Психодиагностические: методика Н.Г. Лускановой «Оценка уровня школьной мотивации», проективная методика диагностики школьной тревожности А.М. Прихожан, методика исследования уровня самооценки В.Г. Щур «Лесенка».
4. Математико-статистические: критерий выявления направленности и выраженности изменений в уровне исследуемого признака T – критерий Вилкоксона.

Обсудим выбранные методы.

Анализ и обобщение психолого-педагогической литературы – метод исследования, характеризующийся выделением и изучением необходимой психолого-педагогической литературы [3, с. 95]. А также обобщение полученных данных, для реализации их в процессе исследования. Данный метод использовался, так как для качественного проведения исследования нужны знания, отражённые в психолого-педагогической литературе.

Целеполагание – процесс выбора одной или нескольких целей с установлением параметров допустимых отклонений для управления процессом осуществления идеи.

Моделирование – построение моделей осуществления тех или иных психологических процессов с целью формальной проверки их работоспособности [26, с. 19].

Констатирующий эксперимент – это исследование, предполагающее изучение некоторых психологических феноменов в некоторой выборке без дополнительного воздействия на эту выборку. Данный метод использовался, так как в рамках констатирующего исследования проводится анализ различий и взаимосвязей психологических показателей.

Констатирующий эксперимент предусматривает выявление существующих психических особенностей или уровней развития соответствующих качеств, а также констатацию отношений причин и последствий.

Формирующий эксперимент предполагает 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.

Анкетирование – это психологический вербально-коммуникативный метод, в котором в качестве средства для сбора сведений от респондента используется специально оформленный список вопросов – анкета [7, с. 88]. Данный метод использовался, так как является доступным и эффективным для проведения исследования.

Тестирование – это метод психологической диагностики, использующий стандартизированные вопросы и задачи (тесты), имеющие определенную шкалу значений [10, с. 167]. Данный метод использовался, так как с помощью него можно измерить индивидуальные различия тестируемых.

Проективный метод – это один из методов психодиагностики, группы методик диагностики личности, которые основаны на ассоциативном мышлении и опыте испытуемого. С помощью проективного метода, посредством выявления различных проекций в данных эксперимента, можно получить ценные данные о человеке для последующей их интерпретацией. Данный метод использовался, так как во

время приведений ассоциаций исследуемый перестает быть зацикленным на правильности своего ответа, тем самым остаются не задействованными механизмы психологической защиты, что существенно раскрепощает человека, и дает свободу его мыслям и каким-либо скрываемым желаниям. А также в работе с младшими школьниками проективные методики вызывают большой интерес у детей.

1. Методика «Оценка уровня школьной мотивации» Н.Г. Лускановой. С помощью данной методики можно определить уровень мотивации школьного обучения, который свидетельствует тому, нравится ли ребёнку учебный процесс, сам ли ребёнок хочет учиться или он это делает по другим причинам;

2. Проективная методика диагностики школьной тревожности А.М. Прихожан Данная методика позволяет определить уровень тревожности, который свидетельствует тому, комфортно ли чувствует себя ребёнок в условиях школы или пребывание в образовательной организации сопровождается страхами;

3. Методика исследования самооценки «Лесенка» В.Г. Щур. Данная методика позволяет определить уровень самооценки, который свидетельствует тому, какое влияние оказывают обстановка школы и новый коллектив класса на формирование самооценки первоклассника.

Подбор методик проходил по следующим критериям:

- направленность на изучение ключевых параметров адаптации;
- выявление признаков дезадаптации и факторов, влияющих на появление проблем в адаптации;
- для проведения не требуется значительных организационных, временных и материальных затрат;
- понятность и доступность выполнения для детей данного возраста [3, с. 120].

Обсудим выбранные методики.

1. Название психодиагностической методики: «Оценка уровня школьной мотивации».

Автор психодиагностической методики : Н.Г. Лусканова.

Цель: диагностика мотивационной сферы ребенка.

Задачи:

1. Выявление мотивационных предпочтений в учебной деятельности.
2. Выявление причины, приводящие к снижению мотивации ребенка к посещению школы.
3. Выявление уровня адаптации школьников.
4. Выявление отношения учащихся к школе и учебному процессу [7, с. 101].

Структура методики: состоит из 10 вопросов с вариантами ответа.

Стимульный материал: для проведения необходимо иметь распечатанную анкету (представлена в ПРИЛОЖЕНИИ 1 таблица 1.1.)

Процедура обследования: методика допускает индивидуальное и групповое применение (в среднем 15-20 минут). Если в процессе работы у обследуемого возникали вопросы, то были даны разъяснения.
Рекомендуемый возраст: 6–11 лет.

Способ обработки результатов: при обработке результатов использовался «ключ» (представлен в ПРИЛОЖЕНИИ 1 таблица 1.2.).

Регистрируемые показатели: уровень школьной мотивации. Результаты по методике «Оценка уровня школьной мотивации» Н.Г. Лускановой представлены на рисунке 2, в таблице 2.1. в ПРИЛОЖЕНИИ 2. Результаты повторной диагностики по методике Лускановой Н.Г. «Оценка уровня школьной мотивации» представлены на рисунке 5, в таблице 4.1. в ПРИЛОЖЕНИИ 4.

Данная методика была мною выбрана, так как позволяет не только выявить уровень адаптации школьников, но и выявить причины, приводящие к снижению мотивации ребенка посещения школы [23, с. 115]. Мотивация первоклассника является сложной системой, имеющей в

своей основе как направленность учащегося на достижение целей собственного развития, в том числе – на приобретение знаний, умений и навыков, продиктованных его интересами, внутренними потребностями, а также внешней средой. [2, с. 504]. Для успешного обучения ребёнка следует обращать внимание на уровень его школьной мотивации для своевременной коррекции.

Во время проведения первой диагностики по методике Лускановой Н.Г. «Оценка уровня школьной мотивации» детям предоставляется раздаточный материал (таблица 1.1. в ПРИЛОЖЕНИИ 1) в начале занятия. Затем поочерёдно зачитываются вопросы, дается время выбрать один из вариантов ответа, также поясняются некоторые варианты ответа и психолог отвечает на возникающие вопросы учащихся.

2. Название психодиагностической методик: «Диагностика школьной тревожности».

Автор психодиагностической методики: А.М. Прихожан.

Цель: диагностика школьной тревожности.

Задачи:

1. Выявление страхов, связанных с учебной деятельностью.
2. Выявление отношения учащихся к школе и учебному процессу.
3. Выявление уровня адаптации школьников.
4. Выявление эмоционального реагирования на школьную ситуацию.
5. Выявление показателей дезадаптации [10, с. 72].

Структура методики: состоит из двух наборов карточек (набор карточек А для девочек и набор карточек В для мальчиков).

Стимульный материал: для проведения используются два набора карточек по 12 рисунков размером 18 x 13 см в каждом. Набор А предназначен для девочек, Набор Б – для мальчиков (представлен в ПРИЛОЖЕНИИ 1).

Процедура обследования: методика допускает индивидуальное и групповое применение (в среднем 20-30 минут). Если в процессе работы у

обследуемого возникали вопросы, то были даны разъяснения.
Рекомендуемый возраст: 6-9 лет.

Способ обработки результатов: подсчитывалось количество положительных и отрицательных интерпретаций рисунков, далее соотношение их количества с «ключом» (представлен в ПРИЛОЖЕНИИ 1 таблица 1.3.).

Регистрируемые показатели: уровень школьной тревожности. Результаты по проективной методике диагностики школьной тревожности А.М. Прихожан представлены на рисунке 3, в таблице 2.2. в ПРИЛОЖЕНИИ 2. Результаты повторной диагностики по проективной методике диагностики школьной тревожности А.М. Прихожан. представлены на рисунке 6, в таблице 4.2. в ПРИЛОЖЕНИИ 4.

Данная методика была выбрана, так как отсутствие школьной тревожности является одним из главных показателей хорошего протекания адаптации к учебному процессу, а наличие страхов, связанных с учебной деятельностью, конфликтных ситуаций с учителями и родителями являются показателями школьной дезадаптации, которые говорят о негативном отношении к школе [44, с. 357]. И так как тревожность, оказывая влияние на результативность деятельности, определяет уровень успешности школьника, то необходимо обращать внимание на уровень тревожности ребёнка для своевременной коррекции [21, с. 54]. А также проективная методика вызывает большой интерес у учащихся при выполнении, так как направлена на визуальное восприятие.

Поочередно каждому ребёнку предоставляется наглядный материал (набор карточек по проективной методике диагностики школьной тревожности А.М. Прихожан. Набор А и набор карточек по проективной методике диагностики школьной тревожности А.М. Прихожан. Набор В представлены в ПРИЛОЖЕНИИ 1), и задаются наводящие вопросы, во время того, как остальным предлагается нарисовать рисунок на тему «Мой класс». Данная методика достаточно проста в использовании и в процессе

диагностики вызывает у детей интерес. Дети с удовольствием рассматривают картинки и развернуто отвечают на вопросы. Диагностика должна проходить в спокойной обстановке, в классе, котором обычно проходят уроки.

3. Название психодиагностической методики: «Лесенка».

Автор психодиагностической методики: В.Г. Щур.

Цель: исследование самооценки.

Задачи:

1. Выявление системы представлений ребёнка о том, как он оценивает себя сам, как, и как соотносятся эти представления между собой.

2. Выявление системы представлений ребёнка о том, как, по его мнению, его оценивают другие люди.

3. Выявление того, как ребёнок соотносит представление о себе самом и то, как его оценивают другие.

4. Выявление уровня адаптации школьников.

5. Выявление показателей дезадаптации [48, с. 149].

Структура методики: состоит из бланка с изображением лестницы.

Стимульный материал: для проведения обследования необходимо иметь распечатанный бланк с изображением лестницы.

Процедура обследования: методика допускает индивидуальное и групповое применение (в среднем 10–15 минут). Если в процессе работы у обследуемого возникали вопросы, то были даны разъяснения. Рекомендуемый возраст: 6–10 лет.

Способ обработки результатов: при обработке результатов использовался «ключ» (представлен в ПРИЛОЖЕНИИ 1 таблица 1.4.).

Регистрируемые показатели: уровень самооценки. Результаты по методике исследования самооценки «Лесенка» Щур В.Г. представлены на рисунке 4, в таблице 2.3. в ПРИЛОЖЕНИИ 2. Результаты повторной

диагностики по методике исследования самооценки «Лесенка» В.Г. Щур представлены на рисунке 7, в таблице 4.3. в ПРИЛОЖЕНИИ 4.

Данная методика была выбрана, так как адекватная самооценка является показателем хорошего протекания адаптации к учебному процессу, в противном случае происходит нарушение самоидентификации, вследствие чего возникает завышенная или заниженная самооценка. А также самооценка является важнейшим показателем развития личности, поэтому представляется необходимым начинать отслеживать развитие самооценки для своевременной корректировки [63, с. 231].

В начале занятия детям предоставляется раздаточный материал (анкета по методике исследования самооценки В.Г. Щур «Лесенка» представлена в ПРИЛОЖЕНИИ 1), по ходу проведения диагностики прорабатываются возникшие вопросы и некоторым учащимся оказывается помощь в выполнении задания посредством задавания наводящих вопросов, так как могут возникнуть трудности. По результатам диагностики делается заключение об уровне адаптации к условиям образовательной среды.

T-критерий Вилкоксона – критерий выявления направленности и выраженности изменений в уровне исследуемого признака. Это критерий, с помощью которого можно сопоставить показатели, измеренных в двух разных условиях на одной и той же выборке испытуемых. Данный метод использовался, так как с помощью него можно определить, является ли сдвиг показателей после применения программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации более интенсивным [52, с. 89].

Таким образом, в данном параграфе были описаны этапы, методы и методики исследования. Исследование проводилось в три этапа: на каждом этапе использовались определенные методы и методики исследования адаптации. На каждом этапе исследования были получены данные для дальнейшего проведения математико-статистической обработки и

проверки гипотезы. Методы и методики были подобраны в соответствии с целью и задачами исследования, возрастом учащихся и условиями для диагностики.

2.2 Характеристика выборки и анализ результатов исследования адаптации первоклассников к условиям образовательной организации

Исследование проводилось на базе Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №9 имени 63-ей добровольческой танковой бригады» Еманжелинского муниципального района Челябинской области в 1 «а» классе.

Кол-во учащихся: 30

Из них:

— мальчиков: 14;

— девочек: 16.

Возрастной состав учащихся:

— 6 лет (1 человек);

— 7 лет (28 человек);

— 8 лет (1 человек).

Со слов учителя взаимоотношения между учащимися положительные, основываются на дружбе и взаимопомощи. Большинство учащихся проявляют активное участие в образовательном процессе, проявляют себя в творческой деятельности, но также есть несколько отстающих по учебным дисциплинам и с неохотой принимающих участие во внеклассных мероприятиях.

В классе присутствуют микрогруппы, основанные на общих учебных или творческих интересах. Наблюдается наличие лидера, являющегося командиром класса. В классе присутствуют дети с особенностями эмоционально-волевой сферы, а именно дети с повышенной тревожностью.

Психолог охарактеризовал педагога, работающего с классом как авторитетного для учащихся, который обладает такими важными личностными качествами, как доброта, забота, внимание, понимание, отзывчивость, доброжелательность, искренность и открытость. А также такими профессиональными качествами, как коммуникабельность; широкий кругозор и умение грамотно излагать материал; грамотная, поставленная речь и четкая дикция; умение использовать мимику и жестикуляцию во время выступлений; направленность на работу с учениками; умение быстро реагировать на ситуации, находчивость; умение правильно формулировать цели; организаторские способности. Между классным руководителем и учащимися доверительные взаимоотношения, основанные на взаимоуважении. По средствам создания ситуации успеха, классный руководитель старается развивать умения каждого учащегося.

Результаты диагностики адаптации первоклассников в условиях образовательной организации по методике «Оценка уровня школьной мотивации» Н.Г. Лускановой представлены на рисунке 3, в таблице 2.1. в ПРИЛОЖЕНИИ 2.

По результатам исследования по методике «Оценка уровня школьной мотивации» Н. Г. Лускановой было выявлено:

16,7% (5 человек) с результатами от 25 до 30 баллов имеют высокий уровень школьной мотивации, учебной активности. Такие дети с интересом относятся к изучению новых учебных предметов и новых учебных правил. Проявляют инициативу и стремление успешно выполнять все предъявляемые школой требования [23, с. 29].

43,3% (13 человек) с результатами от 20 до 24 баллов имеют хорошую школьную мотивацию. Данный уровень мотивации является наиболее типичным для первоклассников. Такие дети проявляют интерес к новым знаниям и соблюдают установленные образовательной организацией правила.

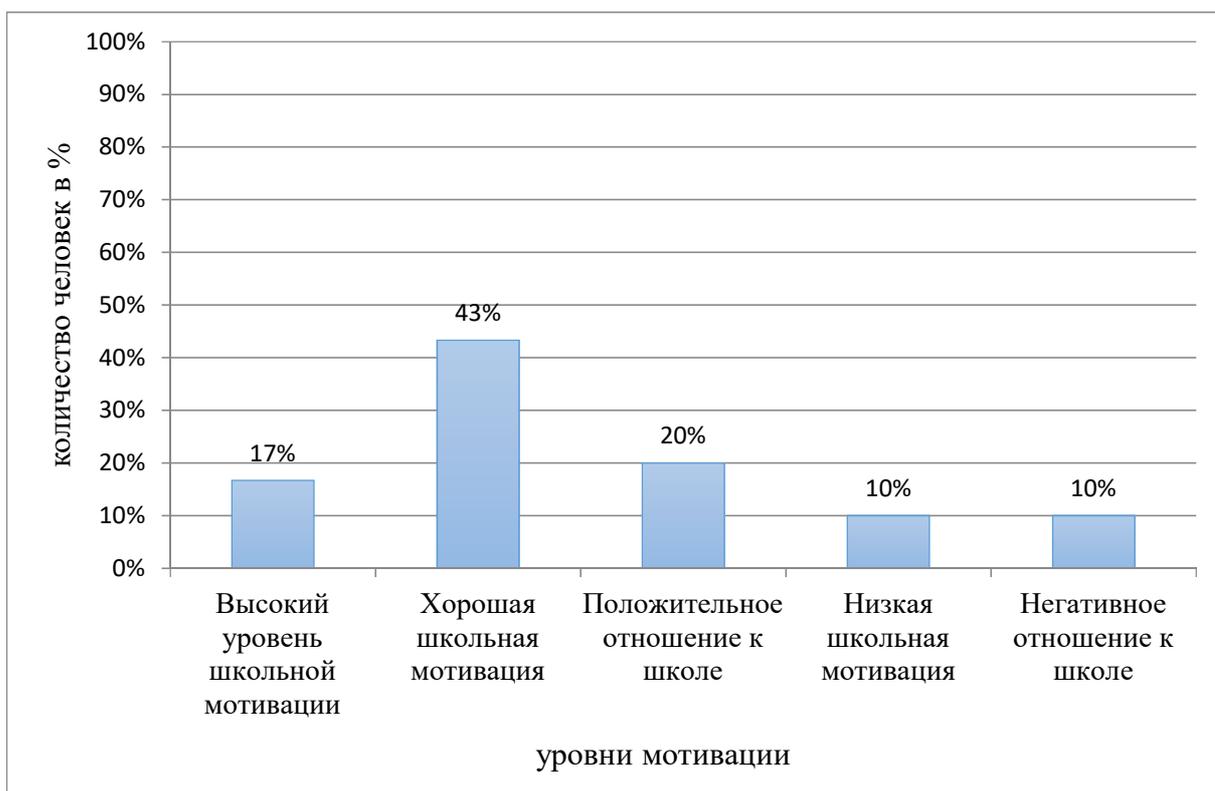


Рисунок 3 – Результаты диагностики уровня мотивации у первоклассников по методике «Оценка уровня школьной мотивации» Н.Г. Лускановой

20% (6 человек) с результатами от 15 до 19 баллов имеют положительное отношение к школе, но школа привлекает больше внеучебной деятельностью. Учащиеся с данным уровнем школьной мотивации благополучно чувствуют себя в школе, однако чаще ходят в школу, чтобы общаться с друзьями, с учителем. Им нравится ощущать себя учениками, иметь красивый портфель, ручки, и тетради [4, с. 150].

10% (3 человека) с результатами от 10 до 14 баллов обладают низкой школьной мотивацией. Такие дети с неохотой посещают школу и невнимательно ведут себя на уроках. Они испытывают затруднения в учебной деятельности.

10% (3 человека) с результатами ниже 10 баллов негативно относятся к школе, это может свидетельствовать о школьной дезадаптации. Такие дети испытывают серьезные трудности в школе. Они не могут найти общий язык с одноклассниками и преподавателями,

неохотно посещают школу, могут проявлять агрессивные реакции на замечания.

Также было выявлено, что не один ученик не ответил «я хотел бы, чтобы у нас был другой классный руководитель» и «мне не нравятся мои одноклассники», что говорит о том, что классный руководитель правильно выстроил взаимоотношения со всеми учащимися, а также налажены взаимоотношения между учащимися.

Таким образом, по результатам диагностики было выявлено:

— 80% учащихся имеют высокий, хороший и средний уровень школьной мотивации, положительно относятся к школе, классному руководителю и одноклассникам;

— 10% учащихся имеют низкий уровень школьной мотивации, испытывают трудности в учёбе;

— 10% учащихся имеют очень низкий уровень школьной мотивации, что свидетельствует дезадаптации.

Результаты диагностики адаптации первоклассников в условиях образовательной организации по проективной методике диагностики школьной тревожности А.М. Прихожан представлены на рисунке 4, в таблице 2.2. в ПРИЛОЖЕНИИ 2.

По результатам исследования по проективной методике диагностики школьной тревожности Прихожан А.М. было выявлено:

43,7% (13 человек) положительно относятся ко всем ситуациям, связанных со школьной деятельностью, что свидетельствует отсутствию тревожности, а соответственно хорошей адаптации к школе.

36,7% (11 человек) выбрали один-два «неблагополучных» ответа, что соответствует нормальному уровню школьной тревожности у ребенка. Такие дети испытывают небольшое напряжение, но вызвавшие его ситуации считают не критичными [21, с. 29].

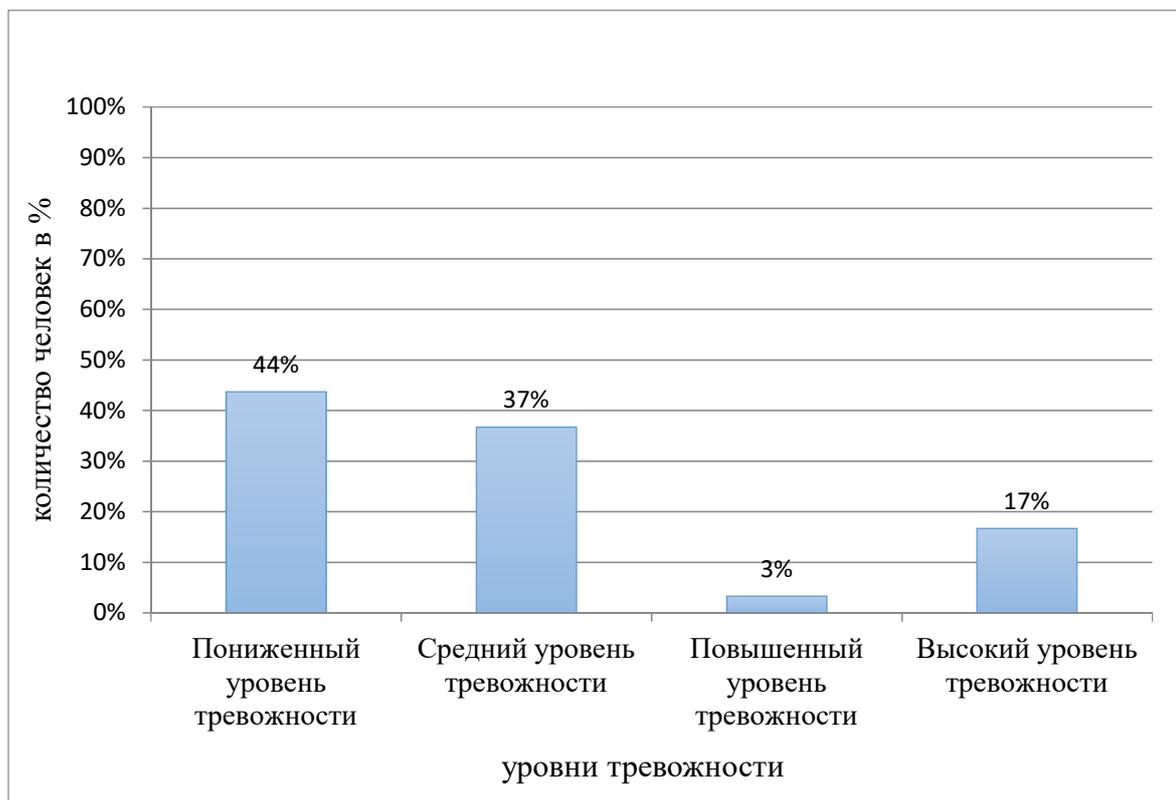


Рисунок 4 – Результаты диагностики уровня тревожности у первоклассников по проективной методике диагностики школьной тревожности А.М. Прихожан

3,3% (1 человек) выбрали три «неблагополучных» ответа, что свидетельствует о несколько повышенном уровне школьной тревожности. Данный результат говорит о том, что в жизни ребёнка присутствует беспокоящий его фактор, с которым ему трудно справиться [5, с. 72].

16,7% (5 человек) выбрали четыре «неблагополучных» ответа и более свидетельствуют о высоком уровне школьной тревожности у ребенка. Дети с высоким уровнем школьной тревожности не в силах справиться со страхами и эмоциональным давлением, которое он испытывает. Это также свидетельствует дезадаптации.

Таким образом, по результатам диагностики было выявлено:

— 80,7% учащихся имеют пониженный и средний уровни школьной тревожности, а, следовательно, хороший уровень адаптации к учебному процессу;

— 3% учащихся имеют повышенный уровень школьной тревожности;

— 17% учащихся имеют высокий уровень школьной тревожности, что свидетельствует дезадаптации.

Результаты диагностики адаптации первоклассников в условиях образовательной организации по методике исследования самооценки В.Г. Щур «Лесенка» представлены на рисунке 5, в таблице 2.3. в ПРИЛОЖЕНИИ 2.

По результатам исследования по методике определения уровня самооценки В.Г. Щур «Лесенка»: было выявлено:

40% (12 человек) обладают завышенным уровнем самооценки, что является нормальным для детей младшего школьного возраста. Такие дети объясняют свой выбор, основываясь на мнении родителей: «Мама всегда говорит, что я молодец!»

53,3% (16 человек) обладают средним или адекватным уровнем самооценки. Дети объясняли свой выбор, ссылаясь на реальные ситуации и достижения. Дети считают, что оценка взрослого такая же либо несколько ниже, что свидетельствует адекватной самооценке [48, с. 152].

6,7% (2 человек) обладают заниженной самооценкой. Учащиеся поставили себя на нижнюю ступеньку, ссылаясь на мнение взрослого: «Мама сказала, что я много ленюсь», «Папа говорит, что я не аккуратный». Это свидетельствует заниженной самооценке, полагающейся на мнение взрослого человека, имеющего для ребёнка авторитет [1, с. 223].

Таким образом, 93,3% учащихся обладают завышенной и адекватной самооценкой, что свидетельствует нормальному развитию самосознания. Самооценка детей 6-7-летнего возраста становится реалистична, и приближается к адекватной, но наличие завышенной самооценки в данном возрасте тоже является нормой, так как ещё есть трудности в оценивании себя самостоятельно, поэтому они полагаются на мнение старших и оценивают себя с позиции того, что о них говорят взрослые.

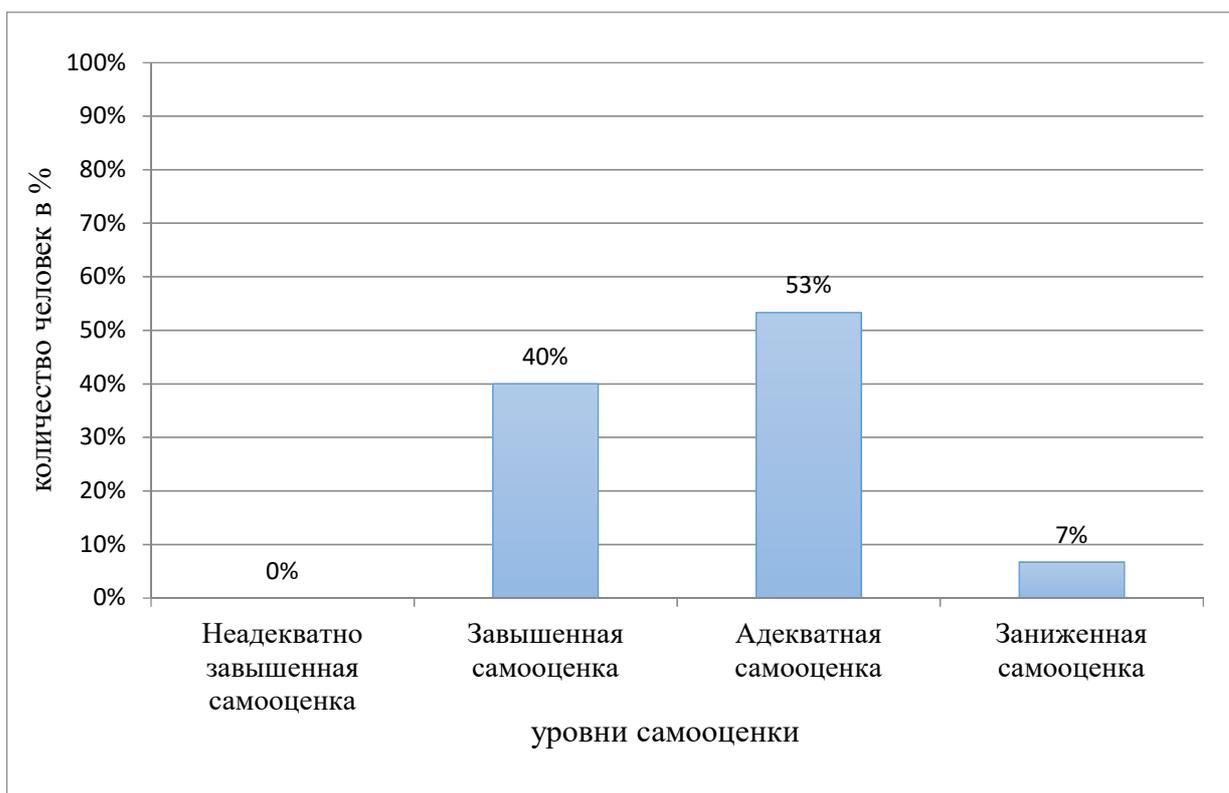


Рисунок 5 – Результаты диагностики уровня самооценки у первоклассников по методике исследования самооценки «Лесенка» В.Г.

Щур

Учащиеся с заниженной самооценкой (6,7%) испытывают высокую тревожность и не уверены в себе, также полагаются на мнение взрослых.

Подводя итоги по проведённой диагностике по трем методикам, можно сделать вывод, что есть дети с проблемами в адаптации к условиям образовательной организации. Этому свидетельствуют следующие полученные результаты методик диагностики:

- 20% (6 человек) учащихся с выявленным низким и очень низким уровнем мотивации;
- 17% (5 человек) учащихся с выявленным высоким уровнем школьной тревожности;
- 6,7% (2 человека) учащихся с выявленной заниженной самооценкой.

Представленные результаты исследования адаптации первоклассников к условиям образовательной организации по трём методикам показывают необходимость для составления программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

В данном параграфе была охарактеризована выборка и проанализированы результаты исследования. По результатам исследования адаптации первоклассников к условиям образовательной организации была выявлена проблема адаптации у некоторых учащихся первого класса, что является основанием для составления программы психолого-педагогического сопровождения первоклассников к условиям образовательной организации для всех учащихся 1 «а» класса. Реализация программы на всех учащихся класса обусловлена тем, что протекание адаптации к условиям образовательной организации зависит от взаимоотношений учащихся в коллективе. Совместная деятельность учащихся класса способствует снижению тревожности, нормализации уровня самооценки и повышению мотивации, что является факторами протекания адаптации.

Выводы по главе 2

В данной главе было экспериментально выполнено исследование адаптации первоклассников к условиям образовательной организации. Были описаны этапы, методы и методики исследования, охарактеризована выборка и проанализированы результаты исследования адаптации.

По предварительному опросу учащихся и классного руководителя было выявлено, что в своей работе классный руководитель оказывает особое внимание индивидуальным особенностям каждого ребёнка; внутри класса сформирован положительный климат, отношения между учащимися основаны на дружбе и взаимопомощи; между классным

руководителем и учащимися установлены доверительные отношения, опирающиеся на взаимоуважение.

В результате исследования адаптации первоклассников к условиям образовательной организации было выявлено:

— 80% учащихся имеют высокий, хороший и средний уровень школьной мотивации, положительно относятся к школе, классному руководителю и одноклассникам. 10% учащихся имеют низкий уровень школьной мотивации, испытывают трудности в учёбе. У 10% учащихся выявлен очень низкий уровень школьной мотивации, что свидетельствует дезадаптации;

— 80,7% учащихся имеют пониженный и средний уровни школьной тревожности, а, следовательно, хороший уровень адаптации к учебному процессу. 3% учащихся имеют повышенный уровень школьной тревожности. У 17% учащихся выявлен высокий уровень школьной тревожности, что свидетельствует дезадаптации;

— 93,3% учащихся обладают завышенной и адекватной самооценкой. 6,7% учащихся обладает заниженной самооценкой.

По результатам исследования адаптации первоклассников к условиям образовательной организации была выявлена проблема адаптации у некоторых учащихся первого класса, что является основанием для составления программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации для всех учащихся 1 «а» класса. Реализация программы на всех учащихся класса обусловлена тем, что протекание адаптации к условиям образовательной организации зависит от взаимоотношений учащихся в коллективе. Совместная деятельность учащихся класса способствует снижению тревожности, нормализации уровня самооценки и повышению мотивации, что является факторами протекания адаптации.

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

3.1 Программа психолого–педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации

В результате изучения уровня адаптации первоклассников к школе выявились разные показатели: высокий, средний, низкий уровень адаптации. В связи с этим, возникает необходимость в разработке программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации

Данная программа предназначена для работы с учащимися 1 класса (6-8 лет), имеющими трудности в адаптации к первому классу, а также учащихся с уровнем адаптации в пределах нормы. Реализация программы на всех учащихся класса обусловлена тем, что протекание адаптации к условиям образовательной организации зависит от взаимоотношений учащихся в коллективе. Совместная деятельность учащихся класса способствует снижению тревожности, нормализации уровня самооценки и повышению мотивации, что является факторами протекания адаптации [3, с. 216].

Данная программа направлена на осуществление комплексного психолого-педагогического сопровождения детей в период адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

Цель программы: психолого-педагогическое сопровождение первоклассников в период адаптации к образовательной организации.

Задачи программы:

1. Сформировать у первоклассников реальные представления об особенностях обучения в школе.

2. Сформировать и развивать общеучебные умения и навыки (произвольность, внимание, восприятие, ориентация в пространстве и др.).

3. Развитие навыков навыки общения.

4. Сформировать систему нравственных межличностных отношений (формирование «Я-концепции»).

В рамках школьного обучения есть возможность решать данные задачи на специальных занятиях с педагогом-психологом [31, с. 75].

Программа сопровождения включает методы: игровые, упражнения на повышение школьной мотивации, снижение школьной тревожности и коррекцию самооценки.

Участники программы: учащиеся 1 «а» класса в количестве 30 человек.

Научно-методические и нормативно-правовые основания программы: данная программа составлена на основе федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования.

Программа ориентируется на следующие принципы:

1. Принцип ранней психолого-педагогической поддержки — принцип предполагает, что подготовка человека к сложным жизненным ситуациям должна осуществляться на всех этапах его развития. И чем раньше начнется эта подготовка, тем более адаптированным к трудностям будет человек, тем выше его стрессоустойчивость и успешнее социальная адаптация [65, с. 19].

2. Принцип профилактической направленности основан на теории проактивного совладания — проактивное, или опережающее совладание рассматривается как попытка человека предвосхитить потенциальные стрессоры и действовать упреждающе с целью профилактики и нивелирования их негативного влияния. Поэтому, в программе детям предлагается проиграть потенциально стрессовые ситуации а также, проработать свои эмоции и чувства, связанные с ними.

3. Принцип деятельностного подхода — данный принцип рассматривает психолого-педагогический процесс как деятельность в связи с решением проблемных ситуаций. Предполагается стимулирование детей на активное разрешение проблемных ситуаций и социальное взаимодействие. Основным способом реализации этого принципа является организация и стимуляция активной деятельности детей, в ходе которой создаются условия для ориентировки в сложных и опасных ситуациях.

4. Принцип единства диагностики и коррекции — в ходе коррекционно-развивающей работы должен осуществляться контроль за динамикой и эффективностью ее выполнения. Эффективная коррекционно-развивающая работа базируется на тщательном диагностическом исследовании, поэтому диагностический этап предшествует коррекционно-развивающей работе и дает психологу объективную картину личностного развития детей [43, с. 241].

5. Принцип гуманистической направленности и дифференцированного подхода — работа по формированию навыков совладающего поведения строится на основе дифференцированного подхода и учета индивидуальных особенностей каждого ребенка. Предполагается использование разнообразных игр и упражнений на совместное взаимодействие детей в проблемной ситуации. Кроме того, предусматривается развитие у детей гуманных чувств [31, с. 82].

6. Принцип комплексного подхода — для успешной психолого-педагогической работы необходимо привлечение ближайшего социального окружения ребенка – родителей, педагогов.

Структура и содержание программы: в структуру программы входят 3 основных раздела: вводный, основной и заключительный (представлено в таблице 3.1. в ПРИЛОЖЕНИИ 3).

Занятия разделяются на 3 блока:

— Первый блок – это вводная часть, включающая упражнения-приветствия, выполняя которые учащиеся настраиваются на определенную деятельность и совместную работу [38, с. 90];

— Второй блок – это основная часть, в которой учащиеся получают возможность развивать когнитивные процессы, получать коммуникативные навыки, научиться взаимодействовать друг с другом;

— Третий блок – это заключительная часть, которая включает в себя упражнения на рефлекссию, релаксацию, также дети выполняют дыхательную гимнастику [17, с. 47].

В содержание программы входят 10 занятий по 45 минут по следующим темам (подробно представлено в таблице 3.2. в ПРИЛОЖЕНИИ 3):

1. Тема занятия №1: «Психологический климат в коллективе».

Цель: Содействовать формированию положительного отношения к школе, адекватной самооценки, стимулировать познавательную активность первоклассников.

2. Тема занятия №2: «Наши впечатления».

Цель: Развитие коммуникативных навыков.

3. Тема занятия №3: «Пространство».

Цель: формирование навыков ориентирования в пространстве и на плоскости.

4. Тема занятия №4: «Произвольность».

Цель: развитие произвольности.

5. Тема занятия №5: «Внимание».

Цель: развитие произвольного внимания, процессов мышления.

6. Тема занятия №6: «Восприятие».

Цель: создать условия для развития различных видов восприятия у первоклассников.

7. Тема занятия №7: «Мотивация».

Цель: Способствовать формированию мотивационной основы учебной деятельности.

8. Тема занятия №8: «Школьные нормы».

Цель: знакомство учащихся с правилами школьной жизни.

9. Тема занятия №9: «Нормы общения с детьми и взрослыми».

Цель: усвоение норм общения с детьми и взрослыми.

10. Тема занятия №10: «Управление настроением».

Цель: расширение знаний об эмоциональной сфере, особенностях переживания и проявления эмоций.

Подробное содержание занятий представлено в приложении 3.

Описание используемых методик, технологий, инструментария со ссылкой на источники представлено в таблице 3.3. в ПРИЛОЖЕНИИ 3.

Описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников программы:

Основные права и обязанности психолога:

— психолог обязан избегать причинения вреда участникам программы, нести ответственность за все свои действия [63, с. 312];

— если психолог осознает, что его действия не приведут к улучшению психологического состояния участника программы или представляют риск для него, он должен немедленно прекратить вмешательство [3, с. 173];

— психолог применяет только такие методики исследования или вмешательства, которые не представляют потенциальной опасности для здоровья и психического состояния участника программы;

— психолог имеет право на свободу выбора методик и способов работы, соответствующих целям, задачам и логике программы.

Участники программы (дети, родители, педагоги) имеют право на:

— добровольное участие в программе педагогов, родителей, а также детей, которые имеют право отказаться от выполнения того или иного упражнения программы [63, с. 58];

- уважительное отношение к себе;
- отказ от участия в программе [17, с. 34].

участники программы обязаны:

- не совершать действий, наносящих психологическую или физическую травму другим участникам программы;
- соблюдать режим посещения занятий.

Ресурсы, которые необходимы для эффективной реализации программы.

Методические материалы и литература, необходимые для реализации программы:

- приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;

- программа сопровождения социально-психологической адаптации первоклассников к школе Е.А. Васильевой;

- методические материалы по используемым методикам и технологиям.

Требования к материально-технической оснащенности учреждения для реализации программы: свободное и просторное помещение для проведения занятий: мультисенсорная комната.

Материалы и инструментарий для занятий:

- акварельные краски, тряпочки и кисточки, баночка для воды;
- цветная бумага;
- пластилин;
- цветные карандаши и фломастеры;
- устройство для прослушивания музыки (аудиомагнитофон, компьютер и т.д.);
- мультимедийная презентация и устройства для её производства;

- шкатулка с зеркалом;
- бланки для упражнения «закончи ряд».

Требования к информационной обеспеченности учреждения для реализации программы: наличие библиотеки и интернета.

Сроки реализации программы: программа рассчитана на 10 занятий, проводимых в течение первой четверти.

Ожидаемые результаты реализации программы:

- снижение уровня тревожности;
- повышение активности, инициативности и мотивации детей на занятиях;
- повышение социальной компетенции (конструктивное общение и взаимодействие в группе);
- повышение уровня доверия и эмоциональной открытости детей;
- формирование благоприятного эмоционального фона с преобладанием положительных эмоций.

Критерии оценки достижения планируемых результатов:

Эффективность программы оценивается по результатам математико-статистической обработки повторной диагностики адаптации первоклассников.

Качественные:

- повышение уровня школьной мотивации у первоклассников;
- снижение уровня школьной тревожности у первоклассников;
- нормализация уровня самооценки у первоклассников.

Количественные:

- 10 групповых коррекционно-развивающих занятий для детей.

Описание занятий программы представлено в приложении 3.

Таким образом, в данном параграфе была представлена программа психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к

условиям образовательной организации, включающая игровые методы, упражнения на повышение школьной мотивации, снижение школьной тревожности и коррекцию самооценки.

3.2 Анализ результатов опытно–экспериментального исследования психолого–педагогического сопровождения процесса адаптации первоклассников к условиям образовательной организации

После реализации программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации на базе Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средней общеобразовательной школы №9 имени 63-ей добровольческой танковой бригады» Еманжелинского муниципального района Челябинской области. Для исследования адаптации были изучены результаты диагностики учащихся 1 «а» класса в количестве 30 человек

Целью повторной диагностики являлось получение данных для математико-статистической обработки данных, с помощью которой можно будет сделать вывод об эффективности реализации программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации и подтвердить выдвинутую ранее гипотезу.

Сравнение результатов диагностики адаптации первоклассников к условиям образовательной организации по методике Н.Г. Лускановой «Оценка уровня школьной мотивации» до и после реализации программы представлены на рисунке 6, в таблице 4.1. в ПРИЛОЖЕНИИ 4.

По результатам повторного исследования по методике Лускановой Н.Г «Оценка уровня школьной мотивации» было выявлено:

- 96,7% учащихся имеют высокий, хороший и средний уровень школьной мотивации, что больше на 16,7% чем до реализации программы;
- 3,3% учащихся имеют низкий уровень школьной мотивации, что меньше на 6,7% чем до реализации программы;

— 0% учащихся имеют очень низкий уровень школьной мотивации, что меньше на 10% чем до реализации программы.



Рисунок 6 – Сравнение результатов диагностики уровня мотивации у первоклассников по методике «Оценка уровня школьной мотивации» Н.Г. Лускановой до и после реализации программы

Выявленные изменения в уровне школьной мотивации у первоклассников обусловлены тем, что в рамках реализации программы психолого–педагогического сопровождения первоклассников к условиям образовательной организации были созданы условия для формирования устойчивой учебной мотивации, мотивации на совместную работу, формирования внутренней позиции школьника на уровне положительного отношения к школе.

Таким образом, у обучающихся была сформирована широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные,

учебно–познавательные и внешние мотивы, что и способствовало повышению школьной мотивации у первоклассников.

Сравнение результатов диагностики адаптации первоклассников к условиям образовательной организации по проективной методике диагностики школьной тревожности А.М. Прихожан до и после реализации программы представлены на рисунке 7, в таблице 4.2. в ПРИЛОЖЕНИИ 4.

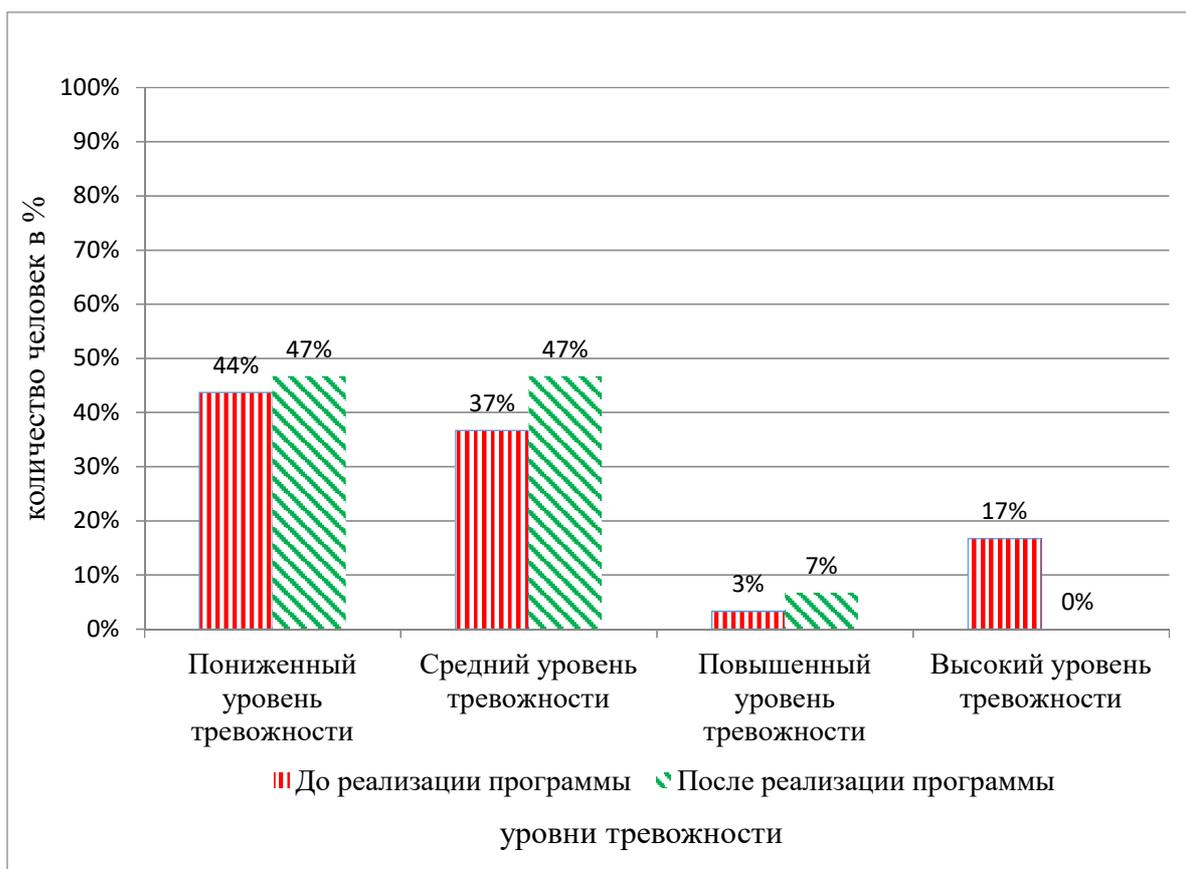


Рисунок 7 – Сравнение результатов диагностики уровня тревожности у первоклассников по проективной методике диагностики школьной тревожности А.М. Прихожан до и после реализации программы

По результатам повторного исследования по проективной методике диагностики школьной тревожности Прихожан А.М. было выявлено:

— 93,3% учащихся имеют пониженный и средний уровни школьной тревожности, что больше на 12,6% чем до реализации программы;

— 6,7% учащихся имеют повышенный и высокий уровень школьной тревожности, что меньше на 13,3% чем до реализации программы.

Выявленные изменения в уровне школьной тревожности у первоклассников обусловлены тем, что в рамках реализации программы психолого–педагогического сопровождения первоклассников к условиям образовательной организации были созданы условия для осознания школьных норм и правил учащимися, а также создания неформальных связей и межличностных симпатий среди учащихся, создания положительного эмоционального фона.

Таким образом, учащиеся приобрели навыки релаксации и понимания своего я, а также пришли к осознанию позиции школьника, а именно усвоили нормы и правила образовательной организации, что и способствовало снижению школьной тревожности у первоклассников.

Сравнение результатов диагностики адаптации первоклассников к условиям образовательной организации по методике исследования самооценки В.Г. Щур «Лесенка» до и после реализации программы представлены на рисунке 8, в таблице 4.3. в ПРИЛОЖЕНИИ 4.

По результатам повторного исследования по методике определения уровня самооценки Щур В.Г. «Лесенка» было выявлено:

— 66,7% учащихся обладают адекватной самооценкой, что больше на 13,4% чем до реализации программы;

— 30% учащихся обладают завышенной самооценкой, что меньше на 10% чем до реализации программы;

— 3,3% учащихся обладают заниженной самооценкой, что меньше на 3,3% чем до реализации программы.

Выявленные изменения в уровне самооценки у первоклассников обусловлены тем, что в рамках реализации программы психолого–педагогического сопровождения первоклассников к условиям образовательной организации учащиеся приобрели навыки оценки своей

учебной деятельности, самопрезентации, а также были созданы условия для формирования уверенности в себе, что и способствовало коррекции самооценки у первоклассников.

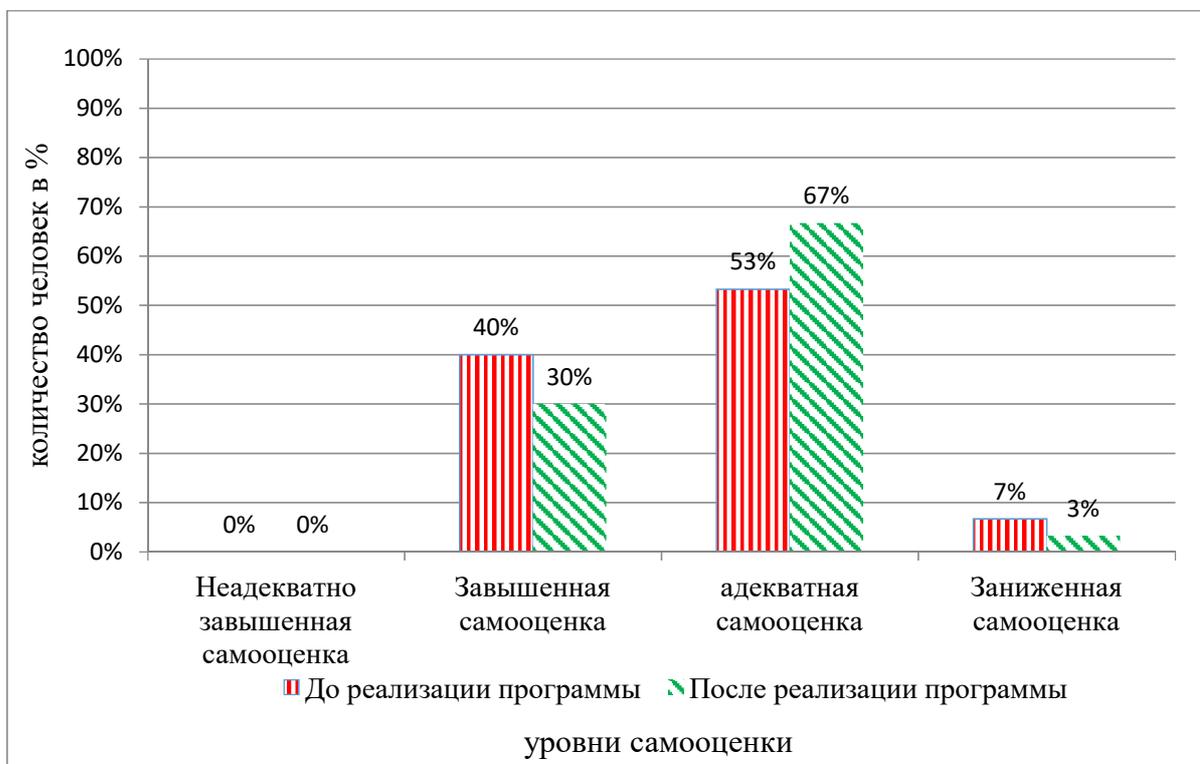


Рисунок 8 – Сравнение результатов диагностики уровня самооценки у первоклассников по методике исследования самооценки «Лесенка» В.Г.

Щур до и после реализации программы

Подводя итоги по проведённой диагностике по трем методикам, можно сделать вывод, что программа психолого-педагогического сопровождения является эффективной, так как у испытуемых произошли качественные изменения в уровне школьной мотивации, школьной тревожности и самооценки:

— количество учащихся, обладающих высоким, хорошим и средним уровнем школьной мотивации, увеличилось до 96,7%, в то время как количество учащихся, обладающих низким уровнем школьной мотивации, снизилось до 3,3%;

— количество учащихся, обладающих высоким, хорошим и средним уровнем школьной мотивации, увеличилось до 93,3%, в то время

как количество учащихся, обладающих повышенной школьной тревожностью, снизилось до 6,7%;

— количество учащихся, обладающих адекватной самооценкой, увеличилось до 66,7%, в то время как количество учащихся, обладающих завышенной самооценкой, снизилось до 30%, а заниженной – до 3,3%.

Представленная выше характеристика выборки и анализ результатов опытно-экспериментального исследования психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации первоклассников к условиям образовательной организации, позволяет наглядно увидеть положительные изменения в уровне школьной мотивации, школьной тревожности и самооценке испытуемых, что говорит об эффективности программы психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации первоклассников к условиям образовательной организации. А также полученные результаты необходимы для выполнения математико-статистической обработки результатов исследования для выявления эффективности применения программы сопровождения.

Для выполнения математико–статистической обработки результатов эффективности программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации по методике Н.Г. Лускановой «Оценка уровня школьной мотивации» будем использовать Т–критерий Вилкоксона, так как с помощью него можно оценить достоверности сдвига в значениях исследуемого признака.

$$N=16; 5 \leq N \leq 50.$$

Следовательно, ограничения выполняются.

Подсчет по Т–критерию Вилкоксона при сопоставлении показателей первичной и повторной диагностики по методике Н.Г. Лускановой «Оценка уровня школьной мотивации» представлен в таблице 4.4. в ПРИЛОЖЕНИИ 4.

Гипотезы:

H_0 : Интенсивность сдвигов в сторону увеличения школьной мотивации не превышает интенсивность сдвигов в сторону её уменьшения.

H_1 : Интенсивность сдвигов в сторону увеличения школьной мотивации превышает интенсивность сдвигов в сторону её уменьшения.

Определяем эмпирическую величину T по формуле:

$$T = \sum R_r$$

где R_r – ранговые значения сдвигов с более редким знаком.

$$T_{\text{эмп.}} = 4$$

Критические значения:

$$T_{\text{кр.}} \begin{cases} 35 (p \leq 0,05) \\ 23 (p \leq 0,01) \end{cases}$$

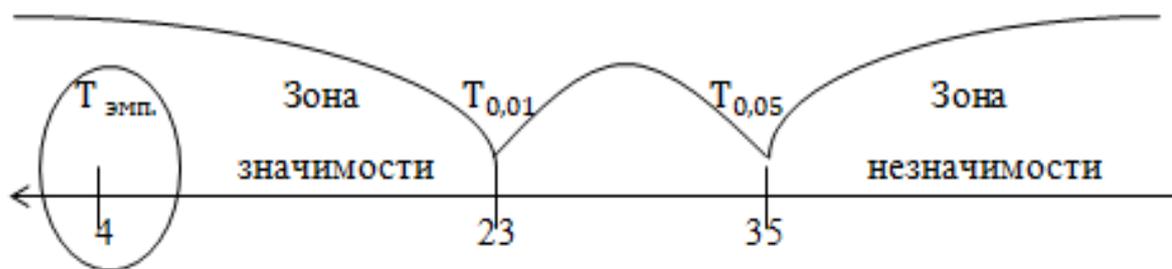


Рисунок 10 – Ось значимости по результатам математико–статистической обработки по критерию T –критерию Вилкоксона при сопоставлении показателей первичной и повторной диагностики по методике «Оценка уровня школьной мотивации» Н.Г. Лускановой

$T_{\text{эмп.}} < T_{0,01} \Rightarrow$ принимается H_1 .

По результатам математико–статистической обработки было выявлено, что интенсивность сдвигов в сторону увеличения школьной мотивации превышает интенсивность сдвигов в сторону её уменьшения, что говорит об эффективности применения программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

Для выполнения математико–статистической обработки результатов эффективности программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации по

проективной методике диагностики школьной тревожности А.М. Прихожан будем использовать T–критерий Вилкоксона, так как с помощью него можно оценить достоверности сдвига в значениях исследуемого признака.

$$N=12; 5 \leq N \leq 50.$$

Следовательно, ограничения выполняются.

Подсчет по T–критерию Вилкоксона при сопоставлении показателей первичной и повторной диагностики по проективной методике диагностики школьной тревожности А.М. Прихожан представлен в таблице 4.5. в ПРИЛОЖЕНИИ 4.

Гипотезы:

H_0 : Интенсивность сдвигов в сторону уменьшения школьной тревожности не превышает интенсивность сдвигов в сторону её увеличения.

H_1 : Интенсивность сдвигов в сторону уменьшения школьной тревожности превышает интенсивность сдвигов в сторону её увеличения.

Определяем эмпирическую величину T по формуле:

$$T = \sum R_r$$

где R_r – ранговые значения сдвигов с более редким знаком.

$$T_{\text{эмп.}} = 3,5$$

Критические значения:

$$T_{\text{кр.}} \begin{cases} 17 (p \leq 0,05) \\ 9 (p \leq 0,01) \end{cases}$$

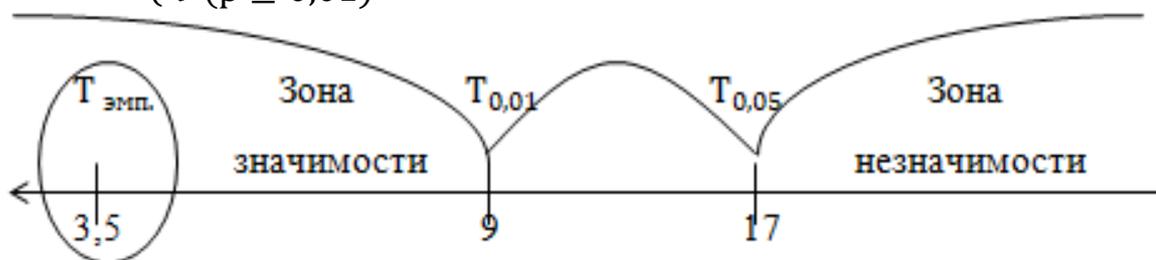


Рисунок 11 – Ось значимости по результатам математико–статистической обработки по критерию T–критерию Вилкоксона при сопоставлении

показателей первичной и повторной диагностики по проективной методике диагностики школьной тревожности А.М. Прихожан

$T_{\text{эмп.}} < T_{0,01} \Rightarrow$ принимается H_1 .

По результатам математико–статистической обработки было выявлено, что интенсивность сдвигов в сторону уменьшения школьной тревожности превышает интенсивность сдвигов в сторону её увеличения, что говорит об эффективности применения программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

Для выполнения математико-статистической обработки результатов эффективности программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации по методике исследования самооценки В.Г. Щур «Лесенка» будем использовать T –критерий Вилкоксона, так как с помощью него можно оценить достоверности сдвига в значениях исследуемого признака.

$N=12; 5 \leq N \leq 50$.

Следовательно, ограничения выполняются.

Подсчет по T –критерию Вилкоксона при сопоставлении показателей первичной и повторной диагностики по методике исследования самооценки В.Г. Щур «Лесенка» представлен в таблице 4.6. в ПРИЛОЖЕНИИ 4.

Гипотезы:

H_0 : Интенсивность сдвигов в сторону повышения самооценки не превышает интенсивность сдвигов в сторону её занижения.

H_1 : Интенсивность сдвигов в сторону повышения самооценки превышает интенсивность сдвигов в сторону её занижения.

Определяем эмпирическую величину T по формуле:

$$T = \sum R_r$$

где R_r — ранговые значения сдвигов с более редким знаком.

$$T_{\text{эмп.}} = 4,5 + 4,5 = 9$$

Критические значения:

$$T_{\text{кр.}} \begin{cases} 17 (p \leq 0,05) \\ 9 (p \leq 0,01) \end{cases}$$

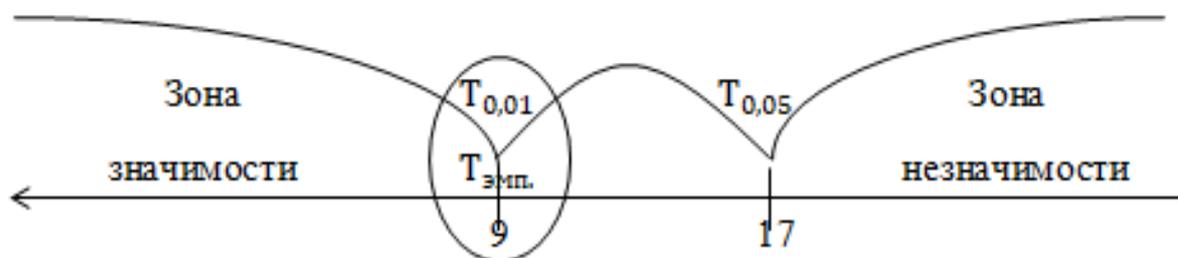


Рисунок 12 – Ось значимости по результатам математико–статистической обработки по критерию T–критерию Вилкоксона при сопоставлении показателей первичной и повторной диагностики по методике исследования самооценки «Лесенка» В.Г. Щур

$$T_{\text{эмп.}} = T_{0,01} \Rightarrow \text{принимается } H_1.$$

По результатам математико–статистической обработки было выявлено, что интенсивность сдвигов в сторону повышения самооценки превышает интенсивность сдвигов в сторону её занижения, что говорит об эффективности применения программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

В данном параграфе были проанализированы результаты опытно-экспериментального исследования психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации первоклассников к условиям образовательной организации. По результатам математико–статистической обработки результатов повторной диагностики у испытуемых выявлено повышение школьной мотивации, снижение школьной тревожности и нормализация самооценки, что свидетельствует о том, что уровень адаптации первоклассников к условиям образовательной организации изменится при реализации программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной

организации, включающей игровые методы, упражнения на повышение школьной мотивации, снижение школьной тревожности и коррекцию самооценки. На основании анализа вышеприведённых результатов повторной диагностики и выявленных с помощью математико-статистической обработки данных об изменении уровней школьной мотивации, тревожности и самооценки мы можем сделать вывод о том, что программа психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации эффективна.

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

Для успешной адаптации первоклассника к условиям образовательной организации, у него должны быть сформированы следующие характеристики:

- высокая школьная мотивация;
- низкая школьная тревожность;
- адекватная самооценка [3, с. 208].

Основываясь на проведённое исследование адаптации первоклассников к условиям образовательной организации, были разработаны рекомендации для родителей и педагогов для коррекции данных факторов.

Рекомендации для педагогов по повышению школьной мотивации у первоклассников:

1. Осмысленная деятельность учителя — осмысленное обучение. Процесс обучения станет более эффективным, если организовать самопреподавание не как трансляцию информации, а как активизацию и стимуляцию процессов осмысленного обучения [7, с. 119].

2. Развитие внутренней мотивации — это движение вверх. Для того, чтобы учащийся по-настоящему включился в работу, нужно, чтобы

задачи, которые ставятся перед ним в ходе учебной деятельности, были не только поняты, но и внутренне приняты, то есть чтобы они приобрели значимость для учащихся и нашли отклик в его переживаниях [11, с. 201].

3. Мотивация достижения и способности. Поведение, ориентированное на достижение, предполагает наличие у каждого человека мотивов достижения успеха и избегания неудач. Другими словами, все люди обладают способностью интересоваться достижением успеха и тревожиться по поводу неудач. Однако, обычно в людях доминирует либо мотив достижения, либо мотив избегания неудачи. Важно не забывать об этом, и составлять программу обучения так, чтобы все дети были вовлечены в процесс достижения успеха [15, с. 103].

4. Любознательность и познавательный интерес. Чтобы развивать положительные мотивы учащихся можно действовать через более раннюю стадию деятельности - познавательную потребность. Первый начальный уровень этой потребности - это потребность во впечатлениях. На этом уровне индивид реагирует на новизну стимула. Это фундамент познавательной потребности. Следующий уровень — потребность в знаниях (любознательность). Это интерес к предмету, склонность к его изучению. Но познавательная потребность на уровне любознательности носит стихийно-эмоциональный характер. На высшем уровне познавательная потребность имеет характер целенаправленной деятельности. В процессе обучения учителю важно учитывать и поддерживать в развитии познавательную потребность ученика, в младших классах — это любознательность.

5. Взаимоотношение учителя с классом и учебная мотивация. Развитие учебной мотивации невозможно, если у учителя не складываются отношения с конкретным классом. Для устранения этой ситуации следует установить:

- соответствие формы подачи материала уровню развития учебных способностей детей (вредно как завышение, так и занижение уровня);
- условия для успешного усвоения материала (благоприятный психологический климат в классе);
- характер взаимоотношений учителя с лидером класса, влияние взаимодействия «учитель-лидер» на атмосферу в классе.

Помните, что первоклассник, надев форму и сев за парту, не стал от этого школьником, он постепенно и достаточно долго будет входить в систему новых школьных отношений. Помочь ему в этом можете вы – педагоги, хорошо понимающие, что для ребенка все еще остается актуальным, желанным, интересным. Это, конечно, дошкольные формы взаимодействия с миром и окружающими людьми: игра, продуктивная художественная деятельность [6, с. 92].

Многие первоклассники, переживающие период дезадаптации, испытывают явно отрицательное отношение к учению, не хотят преодолевать трудности, которые встречаются в школе, отказываются выполнять требования учителя, с трудом заводят дружеские отношения с одноклассниками. Проявляется тенденция «отгораживания» ребенка от всего, что связано со школой и классом.

Видя в классе таких детей, определите иную тактику взаимоотношений с ними, нежели с успешно адаптирующимися первоклассниками. Школьники с трудностями адаптации нуждаются в особом внимании, большей похвале (хвалить их нужно даже за самое скромное выполнение задания). Оказывайте им постоянную помощь без упреков и обвинений в нежелании трудиться или в невнимательности [29, с. 77].

Рекомендации для педагогов по снижению школьной тревожности у первоклассников:

1. Делайте ошибки нормальным и нужным явлением. Рассказывай об ошибках. Дети часто видят избирательно. Они могут замечать свои собственные ошибки, но не видеть ошибок других. Отсюда у них появляется уверенность, что все вокруг лучше, способнее, привлекательнее, чем они [3, с. 162]. Учитель может изменить эту установку, если покажет, что каждый делает ошибки, нет людей, которые ошибаются. Задавайте детям вопрос: «Что ты можешь сделать, чтобы больше не повторить ошибку?» Отвечая на него, ученики начинают понимать, что важнее научиться не избегать ошибок, а «не наступать дважды на одни и те же грабли». Показывайте ценность ошибки как попытки, например: «Ошибка уже сделана. Ну и что? Теперь посмотри, чему можно на ней научиться», «Эта ошибка – не такая уж большая беда».

2. Формируйте веру в успех:

– подчеркивайте любые улучшения [29, с. 237]. Важно замечать каждый маленький шаг вперед;

– раскрывайте сильные стороны своих учеников. Каждый ученик имеет какие-то силы, неважно насколько скрытые. Едва заметив что-то ценное в ученике, прямо скажите ему об этом или напишите в его тетради. Все ученики хотят и готовы слышать о своих сильных сторонах часто и подробно;

– демонстрируйте веру в своих учеников. Если вы можете искренне демонстрировать веру в способности своих учеников, вы предадите им больше силы, чем любые отметки;

– признайте трудность ваших заданий. Многие ученики, особенно избегающие неудач, воспринимают любую новую задачу, как трудную. Признайте, что они правы: «Я знаю, это трудное задание. Имей это в виду. Но я уверен, что ты справишься с ним». Когда же ученик действует успешно, выполняя задание, названное вами «трудным», его самоуважение вырастает.

3. Концентрируйте внимание учеников на прошлых успехах. Единственный безопасный путь, который мотивирует детей к достижениям, снижает их тревожность – это подчеркивание всего того, что они делают верно [11, с. 71]. Успех рождает успех, поэтому учитель должен подчеркивать прошлые достижения, чтобы содействовать продолжению успеха.

4. Признание достижений:

– аплодисменты. Аплодисменты не означают, что вы должны хлопать в ладоши. Просто смысл их: "Здорово! Ты сделал это!" Он должен быть выражен с очевидным энтузиазмом;

– выставки. Достижения учеников – сочинения, рисунки, поделки – можно вывешивать на доску, на стенд.

Одной из основных причин дезадаптации первоклассника к школе является школьная тревожность. Ребёнок боится получить замечание, допустить ошибку или вовсе не выполнить задание. Также излишняя нагрузка, не соответствующая его возрастным возможностям, большая плотность дня (уроки, внеклассные мероприятия, дополнительные занятия и прочее) являются причинами стресса, что негативно влияет на успешность адаптации.

Поскольку первоклассник очень чувствителен к тому, как относится к нему учитель, в первые месяцы педагогу нужно особенно внимательно следить за стилем своих отношений с детьми: по возможности быть равным со всеми, не выбирать себе «любимчиков», уделять внимание каждому ребенку.

Не стоит использовать крик, обещание пожаловаться родителям или наказать, как методы поддержания дисциплины. Это также скажется негативно на ребёнке, послужит повышением страха и тревожности по отношению к школе [21, с. 84].

Уже на первой-второй неделе обучения проведите уроки знакомства: пусть дети расскажут о себе, своих любимых занятиях и увлечениях,

традициях семьи. Устройте общее с родителями чаепитие, концерт, спортивные игры и соревнования. Все это хорошо сближает первоклассников, формирует классный коллектив.

Настоятельно и терпеливо внушайте, почему нужно выполнять правила поведения в классе, как разговаривать с одноклассниками, как обращаться к учителю и пр. Одно и то же правило спокойно повторяйте несколько раз и каждый раз подчеркивайте значение его выполнения. Любое правило предлагайте в качестве пожелания, а не приказа.

Рекомендации для педагогов по формированию адекватной самооценки первоклассника:

- необходимо принимать ученика таким, какой он есть, учитывая его индивидуальные качества;
- нужно создавать для детей ситуации успеха, в которых они могли бы проявить себя (на уроке и во внеурочное время) [7, с. 205];
- необходимо поощрять ребёнка на высказывании своих мыслей, желаний задавать вопросы. Нужно иметь терпение, чтобы понять вопрос ученика и обязательно ответить. В этом проявляется уважение к ученикам, и они это очень ценят;
- необходимо формировать у ребенка критическое отношение к своим поступкам, прививать ему ответственность за свои действия;
- вводить тетради, в которых учащиеся по специальной схеме делают записи, анализируя и оценивая свою работу на уроке, определяя меру усвоения материала, степень его сложности, выделяя наиболее трудные моменты работы [14, с. 93];
- предлагать детям самостоятельно оценивать классные и домашние задания до того, как отдать на проверку учителю, после того как работы проверил и оценил учитель, необходимо обсуждать случаи несовпадения оценок. Выяснить основания, на которых строят самооценку дети и показатели, по которым оценивает учитель;

– нужно поощрять и стимулировать ученика за реальные, пусть даже небольшие достижения.

Важным фактором адаптации первоклассников является адекватная самооценка. Так как дети младшего школьного возраста склонны к оцениванию себя, основываясь на оценке взрослых, а именно родителей или педагогов, очень важно сформировать самооценку ребёнка правильно [46, с. 21].

Педагогу важно уделять внимание каждому успеху первоклассника и терпеливо относиться к ошибкам. Важно бережно оценивать каждое действие новоиспеченного школьника, давая объяснение, почему это «хорошо», а это «плохо». При этом важно не привязывать поступки к учащемуся [17, с. 55].

Рекомендации для родителей по повышению учебной мотивации и снижению школьной тревожности у первоклассника:

– помогите ребенку вжиться в новую для него роль школьника. Для этого необходимо объяснять ребенку, что такое школа, зачем нужна учеба, какие правила существуют в школе [21, с. 53];

– правильно постройте режим дня. Режим обязательно должен быть последовательным и постоянным, и учитывать личностные особенности ребенка;

– учите ребенка задавать вопросы. Объясните ему, что спрашивать совершенно не стыдно и не зазорно;

– учите ребенка общаться. Навыки общения помогут ему нормально действовать в условиях групповой деятельности в школе [26, с. 93];

– поддерживайте ребенка в его попытках справиться с трудностями. Покажите ему, что вы действительно в него верите и готовы всегда ему помочь при необходимости;

– проявляйте неподдельный интерес к классу, школе, в которую ходит ваш ребенок. Обязательно выслушивайте его, когда он хочет вам что-то рассказать;

– не критикуйте ребенка. Даже если у него плохо получается читать, считать, писать, он неаккуратен. Критика со стороны близких, особенно в присутствии посторонних людей, способна только усугубить проблемы;

– учитывайте темперамент своего чада. Активные дети физически не в силах сидеть долго на одном месте. Медлительные же, наоборот, с трудом привыкают к непростому школьному ритму [20, с. 261];

– поощряйте ребёнка, отмечайте не только его успехи в учебе, но и другие достижения, даже самые незначительные (но не стоит забывать, что слишком дорогие подарки могут разбаловать ребёнка);

– дома создайте ребенку возможность расслабиться и отдохнуть. Помните – в первое время для вашего чада школа является очень серьезной нагрузкой, и он реально устает;

– развивайте учебную мотивацию своего ребенка. Рассказывайте ему, что дает обучение, какие преимущества он получит и чего может достичь благодаря успешной учебе.

Для родителей первоклассников важно понимать, что переход в школу является стрессом, поэтому очень важно в этот момент поддержать своего ребёнка. Необходимо создать благоприятную и безопасную домашнюю среду, где ребёнок будет чувствовать себя под защитой, где он сможет рассказать о том, что его тревожит, что у него не получается, при этом осознавая, что за это его не будут осуждать [47, с. 53].

Перестройка психики ребёнка в позицию школьника займет некоторое время, поэтому нужно с пониманием относиться к тому, что ребёнку нужна активность и игровая деятельность после занятий.

Также важно понимать, что ребёнку сложно составить расписание дня, чтобы успеть выполнить домашнее задание. В этом требуется помощь родителей, которые на первых этапах будут являться составителями распорядка дня, а также будут следить за его соблюдением [34, с. 261].

Рекомендации для родителей по формированию адекватной самооценки первоклассника:

- находите время, хотя бы несколько минут каждый день, чтобы уделить ребёнку всё своё внимание, не деля его ни с чем;

- показывайте ребёнку, что родители признают и понимают его чувства, даже если не согласны с ним. Объяснить, что разные люди могут иметь разные чувства. Никакие человеческие чувства не бывают правильными или неправильными [29, с. 79]. Помнить, признавать чувства ребёнка, даже негативные, не значит позволять ему неприемлемое поведение;

- как бы ни нравилась ситуация или какой-либо план, спросить об этом мнение ребёнка, если необходимо, предложить ему пару альтернатив. Это не только приучит ребёнка думать самостоятельно, но и понимать, что его мнение ценят, что дает ребёнку чувство контроля над ситуацией;

- показывайте детям свою бескорыстную любовь;

- хвалите ребёнка за конкретные поступки. Если ребёнок видит, что родители действительно заметили его попытки что-то сделать хорошо, он их повторит;

- используйте ролевые игры для обыгрывания с детьми трудных или незнакомых ситуаций заранее, так чтобы, сталкиваясь с ними, дети чувствовали себя уверенно, комфортно, зная, что делать и чего ожидать;

- помогайте детям научиться решать проблемы самим, не прибегая к помощи взрослых;

- уважайте усилия детей;

– показывайте ребёнку очевидные свидетельства его развития, его достижения. (показывать ребёнку его старые рисунки или его более раннюю видеозапись, чтобы доказать ему, какие он сделал успехи, какие приобрел новые навыки) [22, с. 173];

– объясните ребёнку, что у всех иногда случаются неудачи. Очень важно понять, что ошибки дают человеку возможность учиться;

– помогайте ребёнку почувствовать его важность, поручая ему какие-нибудь дела или обязанности, чтобы помочь семье;

– признайте сильные стороны своего ребёнка и хвалите за них, а не фиксировать внимание на его слабостях. Предоставить ребёнку как можно больше возможностей добиваться успеха в том, что ему нравится и что у него получается [15, с. 208]. Это поможет ему приобрести уверенность в себе;

Родители для ребёнка являются важнейшими взрослыми, чьё мнение несёт в себе потенциал формирования самооценки ребёнка.

Так как самостоятельно оценивать свои действия и поступки ребёнок ещё не может в силу узости познаний о мире. Ребёнок всецело основывается на мнение родителей. Поэтому важно избегать сравнения своего ребёнка с другими. Пусть он знает, что его любят таким, какой он есть. Важно показать ребёнку его индивидуальность и сильные стороны. При этом можно и даже нужно сравнивать успехи ребёнка с его прошлыми, так он наглядно поймёт, что действительно добивается успеха [38, с. 76].

Таким образом, в данном параграфе были приведены рекомендации для педагогов и родителей по повышению школьной мотивации, снижению школьной тревожности и формированию адекватной самооценки первоклассников, что способствует успешной адаптации первоклассников к условиям учебной организации.

Выводы по главе 3

В данной главе мы разработали и реализовали программу психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации, проанализировали результаты её применения с использованием математико–статистической обработки данных. А также дали рекомендации педагогам и родителям по проблеме адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

В результате проведения формирующего эксперимента мы увидели, что произошли качественные изменения показателей школьной мотивации, тревожности и самооценки у первоклассников:

— количество учащихся, обладающих высоким, хорошим и средним уровнем школьной мотивации, увеличилось до 96,7%, в то время как количество учащихся, обладающих низким уровнем школьной мотивации, снизилось до 3,3%;

— количество учащихся, обладающих, высоким, хорошим и средним уровнем школьной мотивации, увеличилось до 93,3%, в то время как количество учащихся, обладающих повышенной школьной тревожностью, снизилось до 6,7%;

— количество учащихся, обладающих адекватной самооценкой, увеличилось до 66,7%, в то время как количество учащихся, обладающих завышенной самооценкой, снизилось до 30%, а заниженной – до 3,3%.

По результатам математико–статистической обработки результатов повторной диагностики у испытуемых выявлено повышение школьной мотивации, снижение школьной тревожности и нормализация самооценки, что свидетельствует о том, что программа психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации эффективна.

Гипотеза нашего исследования о том, что уровень адаптации первоклассников к условиям образовательной организации изменится при реализации программы психолого-педагогического сопровождения, включающей игровые методы, упражнения на повышение школьной

мотивации, снижение школьной тревожности и коррекцию самооценки, подтвердилась.

Рекомендации родителям и педагогам, которые мы сформулировали, будут служить основой для коррекции адаптации, а также способствовать эффективному взаимодействию с ребенком.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведённый анализ проблемы адаптации в психолого-педагогических исследованиях показал, что многие авторы занимались исследованием процесса адаптации в различных ее аспектах: в социальном, социально-педагогическом, психолого-педагогическом и др. И способы рассмотрения данного явления имеют как общие, так и различные черты. Обобщая исследования в данной области, можем сказать, что адаптация – это приспособление организма к условиям среды. Она направлена на сохранение сбалансированной деятельности систем, органов и психической организации индивида при изменившихся условиях жизни [43, с. 59].

Характеристика особенностей адаптации первоклассников к условиям образовательной организации показала, что адаптация первоклассников к учебному процессу является одной из актуальных проблем, стоящих перед педагогической наукой и практикой. Обращение к данной проблеме обусловлено ориентацией на личность школьника и фиксации потребности в социально адаптированных учащихся [32, с. 113].

Нами была разработана и обоснована модель психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации. Древо целей является наиболее распространенным методом от построения целей и задач до реализации, «от общего к частному». Модель состояла из четырех блоков: теоретический блок, диагностический блок, формирующий блок и аналитический блок.

В работе были охарактеризованы этапы, методы, методики исследования адаптации первоклассников к условиям образовательной организации. Исследование проводилось в три этапа. Использовались следующие методики для диагностики: методика Н.Г. Лускановой «Оценка уровня школьной мотивации», проективная методика диагностики

школьной тревожности А.М. Прихожан, методика исследования уровня самооценки В.Г. Щур «Лесенка». На каждом этапе исследования были получены данные для дальнейшего проведения математико–статистической обработки и проверки гипотезы. Методы и методики были подобраны в соответствии с целью и задачами исследования, возрастом учащихся и условиями для диагностики.

Нами была охарактеризована выборка и проанализированы результаты исследования первоклассников к условиям образовательной организации.

В результате исследования адаптации первоклассников к условиям образовательной организации было выявлено:

— 80% учащихся имеют высокий, хороший и средний уровень школьной мотивации, положительно относятся к школе, классному руководителю и одноклассникам. 10% учащихся имеют низкий уровень школьной мотивации, испытывают трудности в учёбе. У 10% учащихся выявлен очень низкий уровень школьной мотивации, что свидетельствует дезадаптации;

— 80,7% учащихся имеют пониженный и средний уровни школьной тревожности, а, следовательно, хороший уровень адаптации к учебному процессу. 3% учащихся имеют повышенный уровень школьной тревожности. У 17% учащихся выявлен высокий уровень школьной тревожности, что свидетельствует дезадаптации;

— 93,3% учащихся обладают завышенной и адекватной самооценкой. 6,7% учащихся обладает заниженной самооценкой.

Нами была разработана и реализована программу психолого–педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации. Данная программа направлена на осуществление комплексного психолого–педагогического сопровождения детей в период адаптации первоклассников к условиям образовательной организации. Целью программы является помощь детям в адаптации к

школе, что подразумевает, в частности, повышение школьной мотивации, снижение школьной тревожности и коррекцию самооценки.

Анализ результатов применения программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации с использованием математико-статистической обработки данных показало, что произошли качественные изменения показателей школьной мотивации, тревожности и самооценки у первоклассников:

— количество учащихся, обладающих высоким, хорошим и средним уровнем школьной мотивации, увеличилось до 96,7%, в то время как количество учащихся, обладающих низким уровнем школьной мотивации, снизилось до 3,3%;

— количество учащихся, обладающих высоким, хорошим и средним уровнем школьной мотивации, увеличилось до 93,3%, в то время как количество учащихся, обладающих повышенной школьной тревожностью, снизилось до 6,7%;

— количество учащихся, обладающих адекватной самооценкой, увеличилось до 66,7%, в то время как количество учащихся, обладающих завышенной самооценкой, снизилось до 30%, а заниженной – до 3,3%.

По результатам математико–статистической обработки результатов повторной диагностики у испытуемых выявлено повышение школьной мотивации, снижение школьной тревожности и нормализация самооценки, что свидетельствует о том, что программа психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации эффективна.

Гипотеза нашего исследования о том, что уровень адаптации первоклассников к условиям образовательной организации изменится при реализации программы психолого-педагогического сопровождения, включающей игровые методы, упражнения на повышение школьной

мотивации, снижение школьной тревожности и коррекцию самооценки, подтвердилась.

Рекомендации родителям и педагогам по проблеме адаптации первоклассников к условиям образовательной организации, которые мы сформулировали, будут служить основой для коррекции адаптации, а также способствовать эффективному взаимодействию с ребенком.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абрамова, Г. С. Практикум-хрестоматия по возрастной психологии [Текст] / Галина Абрамова. – Москва : Прометей, 2018. – 384 с.
2. Абрамова, Г. С. Психология развития и возрастная психология [Текст] : учебник для вузов / Галина Абрамова. – Москва : Прометей, 2018. – 708 с.
3. Айзман, Р. И. Здоровьесберегающие технологии в образовании [Текст] : учебное пособие для академического бакалавриата / Р. И. Айзман, М. М. Мельникова, Л. В. Косованова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2019. – 282 с.
4. Айсмонтас, Б. Б. Общая психология. Тесты [Текст] : учебное пособие для вузов / Бронюс Айсмонтас. – Москва : Юрайт, 2022. – 201 с.
5. Алмазов, Б. Н. Психическая средовая дезадаптация несовершеннолетних [Текст] : монография / Борис Алмазов. – Москва : Юрайт, 2022. – 180 с.
6. Андрущенко, Т. Ю. Возрастная психология и возрастные кризисы: кризис развития ребенка семи лет [Текст] : учебное пособие для вузов / Т. Ю. Андрущенко, Г. М. Шашлова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2022. – 103 с.
7. Бардышевская, М. К. Диагностика психического развития ребенка [Текст] : практическое пособие / Марина Бардышевская. – Москва : Юрайт, 2022. – 153 с.
8. Безбородова, М. А. Психомоторные способности младших школьников [Электронный ресурс] : монография / Мария Безбородова – Москва : Московский педагогический государственный университет, 2020. – 180 с. – Режим доступа: <https://www.iprbookshop.ru/97811.html> . – Загл. с экрана.

9. Безруких, М. М. Развитие мозга ребенка. Что помогает и что мешает [Текст] / Марьяна Безруких. – Москва: Лекторий Прямая Речь, 2020. – 76 с.
10. Беличева, С. А. Социально-педагогическая диагностика и сопровождение социализации несовершеннолетних [Текст] : учебное пособие для среднего профессионального образования / С. А. Беличева, А. Б. Белинская. – Москва : Юрайт, 2022. – 304 с.
11. Белкина, В. Н. Детская психология [Текст] : учебное пособие для среднего профессионального образования / Валентина Белкина. – Москва : Юрайт, 2022. – 170 с.
12. Бережковская, Е. Л. Психология развития и возрастная психология [Текст] : учебник для вузов / Елена Бережковская. – Москва : Юрайт, 2022. – 357 с.
13. Березина А. В. Психология в деятельности учителя начальной школы [Текст] : учебное пособие для вузов / А. В. Березина, Е. А. Журавлева, И. В. Мельникова. – Москва: Юрайт, 2022. – 347 с.
14. Веракса, Н. Е. Детская психология [Текст] : учебник для среднего профессионального образования / Н. Е. Веракса, А. Н. Веракса. – Москва : Юрайт, 2022. – 446 с.
15. Веретенникова, Л. К. Развитие творческого потенциала младших школьников [Текст] : учебное пособие / Любовь Веретенникова. – Москва : Московский педагогический государственный университет, 2020. – 84 с.
16. Воинов, В. Б. Возрастная анатомия, физиология и гигиена. Исследование и оценка физического развития детей и подростков [Текст] : учебное пособие / В. Б. Воинов, О. В. Тулякова. – Пермь: ПОНИЦАА, 2020. – 140 с.
17. Волкова, Л. В. Основы организации внеурочной деятельности младших школьников [Текст] : учебно-методическое пособие / Лариса

Волкова. – Пермь : Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2018. – 103 с.

18. Выпускная квалификационная работа по направлению Психолого-педагогическое образование: методические рекомендации [Текст] / В. И. Долгова и др. ; сост. Г.Ю. Гольева. – Москва : Перо, 2021. – 196 с.

19. Глозман, Ж. М. Практическая нейропсихология. Помощь неуспевающим школьникам [Текст] : учебное пособие / Жанна Глозман. – Саратов : Вузовское образование, 2019. – 288 с.

20. Гонина, О. О. Психология развития и возрастная психология [Текст] : учебное пособие / Ольга Гонина. – Москва : КноРус, 2020. – 150 с.

21. Гриднева, С. В. Феноменология страхов: психологическая коррекция и профилактика [Текст] : учебник / С. В. Гриднева, А. И. Тащёва. – Ростов-на-Дону : Южный федеральный университет, 2018. – 160 с.

22. Давыдов, А. В. Психологическое сопровождение детей с особыми образовательными потребностями в условиях общеобразовательного учреждения [Текст] : учебное пособие / Антон Давыдов. – Москва : Эксмо, 2018. – 65 с.

23. Диянова, З. В. Общая психология. Личность и мотивация. Практикум [Текст] : учебное пособие для вузов / З. В. Диянова, Т. М. Щеголева. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2022. – 139 с.

24. Диянова, З. В. Общая психология. Познавательные процессы. Практикум [Текст] : учебное пособие для вузов / З. В. Диянова, Т. М. Щеголева. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2022. – 159 с.

25. Долгова, В. И. Исследование адаптации первоклассников с учетом гендерных различий [Электронный ресурс] / В. И. Долгова, Е. Г. Капитанец, Н. Н. Дедышева – Учёные записки университета имени П. Ф. Лесгафта, – 2021. – № 12 (202). – С. 486–493 – Режим доступа: <https://lesgaft-notes.spb.ru/ru/node/21190>. – Загл. с экрана.

26. Долгова, В. И. Инновационные психолого-педагогические технологии в начальной школе [Текст] : монография / В. И. Долгова, Н. И. Аркаева, Е. Г. Капитанец. – Москва: Перо, 2015. – 200 с.
27. Долгова, В. И. Регламент аттестационных материалов [Текст] / В. И. Долгова, Л. В. Иванова, Н. В. Крыжановская. – Челябинск. : Челяб. гос. пед. ун-т, 2015. – 132 с.
28. Долгова, В. И. Влияние стиля детско-родительских отношений на адаптацию первоклассников к школе [Электронный ресурс] / В. И. Долгова, Ю. А. Рокицкая, Л. В. Копыл – Современные проблемы науки и образования, – 2016. – № 4. – С. 70–80. – Режим доступа: <https://scienceeducation.ru/ru/article/view?id=25008>. – Загл. с экрана.
29. Дубровина, И. В. Психологическое благополучие школьников [Текст] : учебное пособие для вузов / Ирина Дубровина. – Москва.: Юрайт, 2022. – 140 с.
30. Дятлов, А. В. Методы математической статистики в социальных науках (описательная статистика) [Текст] : учебник / А. В. Дятлов, П. Н. Лукичев. – Ростов-на-Дону: Южный федеральный университет, 2018. – 182 с.
31. Еромасова, А. А. Общая психология. Методы активного обучения [Текст] : учебное пособие для вузов / Александра Еромасова. – 4-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2022. – 182 с.
32. Журба, В. В. Адаптация детей к первому классу, особенности адаптации первоклассников [Текст] / Владимир Журба. – Москва : Юрайт, 2019. – 167 с.
33. Залевский, Г. В. Психология личности: фиксированные формы поведения [Текст] : учебное пособие для вузов / Генрих Залевский. – 2-е изд. – Москва : Юрайт, 2022. – 306 с.
34. Землянская, Е. Н. Теория и методика воспитания младших школьников [Текст] : учебник и практикум для среднего

профессионального образования / Елена Землянская. – Москва : Юрайт, 2022. – 507 с.

35. Зотова, М. О. Развитие когнитивной и эмоциональной сфер младших школьников в различных образовательных моделях [Текст] : монография / Марина Зотова – Владикавказ : Северо-Осетинский государственный педагогический институт, 2019. – 162 с.

36. Кислов, А. В. Задачи для изучающих ТРИЗ [Текст] : практическое пособие / А. В. Кислов, Е. Л. Пчелкина. – Изд. 2-е, перераб. и доп. – Москва : КТК «Галактика», 2018. – 140 с.

37. Клапаред, Э. Психология ребенка и экспериментальная педагогика [Текст] / Э. Клапаред ; под редакцией Д. Т. Кацарова. – Москва : Юрайт, 2022. – 158 с.

38. Князева, Т. Н. Психологический курс развивающих занятий для младших школьников [Текст] : учебное пособие / Татьяна Князева. – Саратов : Вузовское образование, 2019. – 166 с.

39. Колесникова, Г. И. Специальная психология и педагогика [Текст] : учебник / Галина Колесникова. – Москва : Юрайт, 2019. – 250 с.

40. Коробейников, И. А. Дети с интеллектуальными нарушениями [Текст] / Игорь Коробейников. – Москва : Просвещение, 2021. – 50 с.

41. Коробейников, И. А. Дети с задержкой психического развития [Текст] / Игорь Коробейников. – Москва : Просвещение, 2021. – 50 с.

42. Кулагина, И. Ю. Кто ты, младший школьник? Психология детей от 7 до 11 лет [Текст] / Ирина Кулагина. – Москва : Академический проект, 2020. – 198 с.

43. Кулагина, И. Ю. Психология детей младшего школьного возраста [Текст] учебник и практикум для среднего профессионального образования / Ирина Кулагина. – Москва : Юрайт, 2022. – 291 с.

44. Маклаков, А. Г. Общая психология [Текст] : учебник для вузов / Анатолий Маклаков. – Санкт-Петербург : Питер, 2018. – 583 с.

45. Маслова, Т. А. Воспитание в обучении. Эмоционально-ценностный аспект образования школьников [Текст] : учебное-методическое пособие / Татьяна Маслова. – Саратов : Вузовское образование, 2019. – 207 с.
46. Мельникова, И. В. Психология восприятия и понимания ребенка педагогом. Практикум [Текст] : учебное пособие для вузов / Ирина Мельникова. – Москва : Юрайт, 2022. – 46 с.
47. Мирошина, А. Адаптация родителей к школе [Текст] / Ирина Могильникова. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2020. – 189 с.
48. Молчанова, О. Н. Психология самооценки : учебное пособие для вузов / Ольга Молчанова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2022. – 308 с.
49. Мухина, В.С. Возрастная психология [Текст]: учебное пособие / Валерия Мухина. – Санкт-Петербург : ВЕК 21, 2018. – 456 с.
50. Немов, Р. С. Общая психология в 3 т. Том III в 2 кн. Книга 2. Свойства личности [Текст] : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Роберт Немов. – 6-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2022. – 395 с.
51. Обухова, Л. Ф. Возрастная психология [Текст] : учебник / Людмила Обухова. – Москва : Юрайт, 2019. – 462 с.
52. Перевозкин, С. Б. Методы математической статистики в научно-исследовательской работе психолога [Текст] : учебное пособие / С. Б. Перевозкин, Ю. М. Перевозкина. – Новосибирск : НИИХ, 2017. – 162 с.
53. Подольский, А. И. Психология развития. Психоэмоциональное благополучие детей и подростков [Текст] : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. И. Подольский, О. А. Идобаева. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2022. – 124 с.
54. Приходько, В. Е. Формирование личности в младшем школьном возрасте [Текст] : монография / Владимир Приходько. – Москва : Перо, 2019. – 153 с.

55. Развитие ребенка дошкольного и младшего школьного возраста как субъекта поведения [Текст] : коллективная монография / О. В. Акулова и др. ; сост. О. А. Граничина. – Санкт-Петербург : Российский гос. пед. ун-т им. А. И. Герцена, 2019. – 356 с.
56. Симановский, А. Э. Психология обучения и воспитания [Текст] : учебное пособие для вузов / Андрей Симановский. – Москва : Юрайт, 2022. – 121 с.
57. Склярова, Т. В. Общая, возрастная и педагогическая психология [Текст] : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Т. В. Склярова, Н. В. Носкова ; под общей редакцией Т. В. Скляровой. – Москва : Юрайт, 2022. – 235 с.
58. Сорокоумова, Е. А. Гендерная психология. Я-концепция в становлении личности младшего школьника [Текст] : учебное пособие для вузов / Е. А. Сорокоумова, Е. А. Талакова. – 2-е изд. – Москва : Юрайт, 2022. – 151 с.
59. Сорокоумова, Е. А. Психология детей младшего школьного возраста. Самопознание в процессе обучения [Текст] : учебное пособие для среднего профессионального образования / Елена Сорокоумова. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2022. – 216 с.
60. Столяренко, Л. Д. Основы психологии и педагогики [Текст] : учебное пособие для вузов / Л. Д. Столяренко, В. Е. Столяренко. – 4-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2020. – 134 с.
61. Талызина, Н. Ф. Психология детей младшего школьного возраста: формирование познавательной деятельности младших школьников [Текст] : учебное пособие для вузов / Нина Талызина. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2022. – 172 с.
62. Хухлаева, О. В. Психологическая служба в образовании. Школьный психолог [Текст] : учебное пособие для вузов / Ольга Хухлаева. – Москва : Юрайт, 2022. – 353 с.

63. Хухлаева, О. В. Психологическое консультирование и психологическая коррекция [Текст] : учебник и практикум для вузов / О. В. Хухлаева, О. Е. Хухлаев. – Москва : Юрайт, 2022. – 423 с.

64. Хухлаева, О. В. Психология развития и возрастная психология [Текст] : учебник для среднего профессионального образования / О. В. Хухлаева, Е. В. Зыков, Г. В. Бубнова ; под редакцией О. В. Хухлаевой. – Москва : Юрайт, 2022. – 367 с.

65. Чиркова, Н. И. Сущность логической подготовки младших школьников [Текст] : учебное пособие для студентов высших учебных заведений педагогических специальностей / Наталья Чиркова. – Саратов : Вузовское образование, 2018. – 48 с.

66. Шаповаленко, И. В. Психология развития и возрастная психология [Текст] : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Ирина Шаповаленко. – 3-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2022. – 457 с.

67. Changing school-based anxiety during physical education, taking the individual typological approach into account [Text] / V. I. Dolgova, N. V. Mamylna, G. Y. Golieva, E. G. Kapitanets, O. A. Kondratieva. // Humanities and Social Sciences Reviews, – 2019. – No. 7(6). – P. 700–706.

68. Elementary students' effortful control and academic achievement: The mediating role of teacher–student relationship quality [Text] / M. Hernandez. C. Valiente, N. Eisenberg, R. Berger, M. Thompson. // Early Childhood Research Quarterly. – 2017. – No. 40. – P. 98–109.

69. Kazakova, E. V. Peculiarities of psychological health of first-graders with the presence of biomedical risk factors in early development [Text] / E. V. Kazakova, L. V. Sokolova. // Clinical and special psychology. – 2018 – Vol. 7, No. 4 (28). – P. 76–99.

70. Leontyev, D. A. Trajectories of personal development: reconstruction of the views of L.S. Vygotsky [Text] / D. A. Leontyev, A. A. Lebedeva, V. Yu. Kostenko. // Education Issues. – 2017. – No. 2. – P. 98–112.

71. Rytivaara, A. Frelin, A. Committed to trouble. Learning from teachers' stories of challenging yet rewarding teacher-student relationships [Text] / A. Rytivaara, A. Frelin. // Teaching and Teacher Education. – 2017. – No. 68. – P. 12–20.

72. The combined effects of teacher-child and peer relationships on children's social-emotional adjustment [Text] / C. Wang, M. Hatzigianni, A. Shahaian, [et al]. // Journal of School Psychology. – 2016. – No. 59. – P. 1–11.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Методики диагностики адаптации первоклассников к условиям образовательной организации

1. Методика Лускановой Н.Г «Оценка уровня школьной мотивации»

Таблица 1.1. – Анкета «Оценка уровня школьной мотивации» (Лусканова Н.Г.)

Вопрос	Варианты ответа	Баллы
1. Как ты чувствуешь себя в школе?	а) мне в школе нравится; б) мне в школе не очень нравится; в) мне в школе не нравится	
2. С каким настроением ты идешь утром в школу?	а) с хорошим настроением; б) бывает по-разному; в) чаще хочется остаться дома	
3. Если бы тебе сказали, что завтра в школу не обязательно приходить всем ученикам, как бы ты поступил?	а) пошел бы в школу; б) не знаю; в) остался бы дома	
4. Как ты относишься к тому, что у вас отменяют уроки?	а) мне не нравится, когда отменяют уроки; б) Бывает по-разному; в) мне нравится, когда отменяют уроки	
5. Как ты относишься к домашним заданиям?	а) я хотел бы, чтобы домашние задания были; б) не знаю, затрудняюсь ответить; в) я хотел бы, чтобы домашних заданий не было	
6. Хотел бы ты, чтобы в школе были одни перемены?	а) нет, не хотел бы; б) не знаю; в) да, я хотел бы, чтобы в школе были одни перемены	
7. Рассказываешь ли ты о школе своим родителям или друзьям?	а) рассказываю часто; б) рассказываю редко; в) вообще не рассказываю	
8. Как ты относишься к своему классному руководителю?	а) мне нравится наш классный руководитель; б) не знаю, затрудняюсь ответить; в) я хотел бы, чтобы у нас был другой классный руководитель.	
9. Есть ли у тебя друзья в классе?	а) у меня много друзей; б) у меня мало друзей; в) у меня нет друзей в классе	
10. Как ты относишься к своим одноклассникам?	а) мне нравятся мои одноклассники; б) мне не очень нравятся мои одноклассники; в) мне не нравятся мои одноклассники	

Таблица 1.2. – Ключ к анкете «Оценка уровня школьной мотивации»
(Лусканова Н.Г.)

№ вопроса	Оценка		
	За первый ответ	За второй ответ	За третий ответ
1	3	1	0
2	3	1	0
3	3	1	0
4	3	1	0
5	3	1	0
6	3	1	0
7	3	1	0
8	3	1	0
9	3	1	0
10	3	1	0

Уровни школьной мотивации по методике «Оценка уровня школьной мотивации» (Лусканова Н.Г.):

1 уровень — 25-30 баллов – высокий уровень школьной мотивации, учебной активности;

2 уровень — 20-24 балла – хорошая школьная мотивация;

3 уровень — 15-19 баллов – положительное отношение к школе, но школа привлекает больше внеучебной деятельностью;

4 уровень — 10-14 баллов – низкая школьная мотивация;

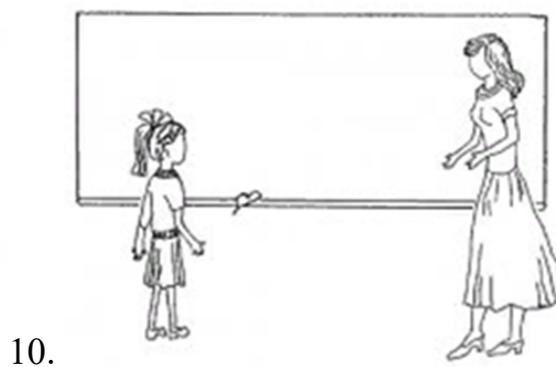
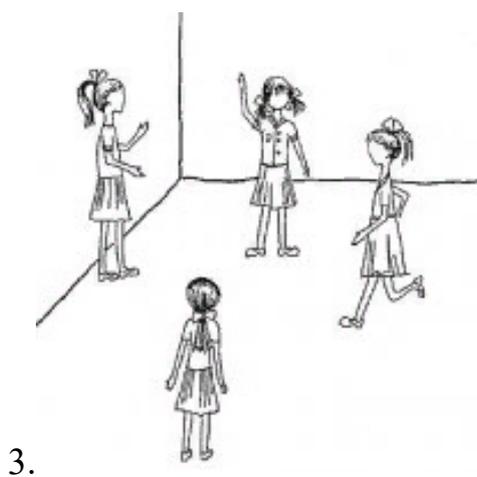
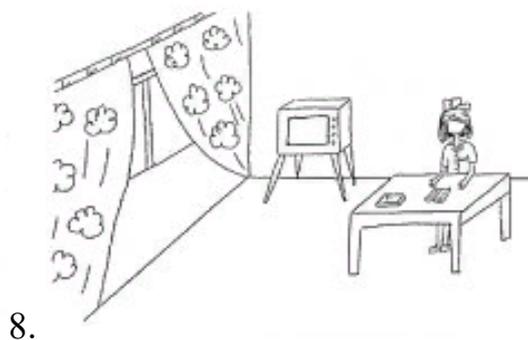
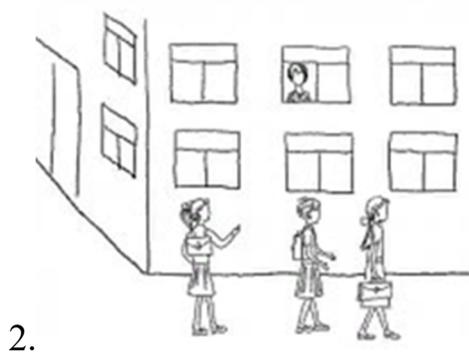
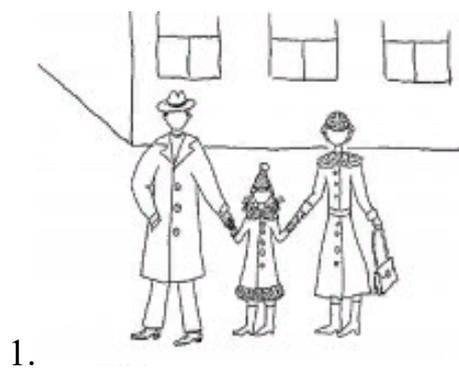
5 уровень — ниже 10 баллов – негативное отношение к школе, школьная дезадаптация.

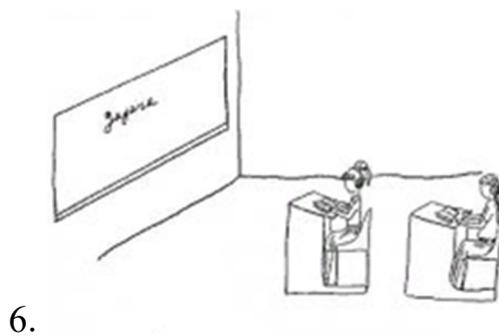
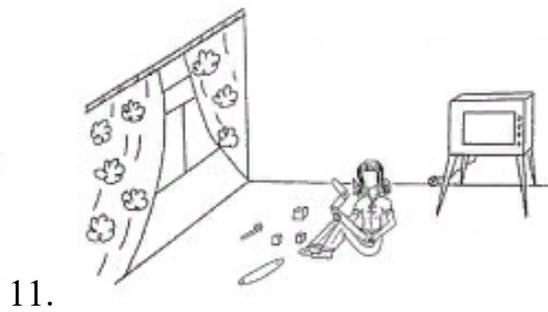
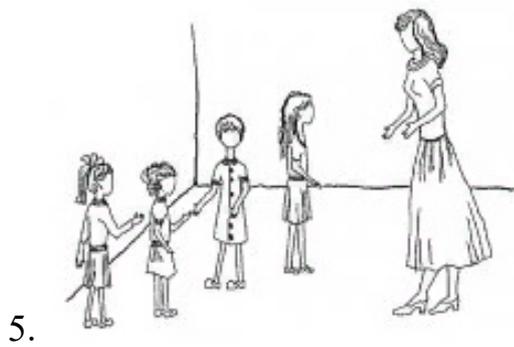
2. Проективная методика диагностики школьной тревожности
Прихожан А.М.

Таблица 1.3. – Ключ к проективной методике диагностики школьной тревожности А.М. Прихожан

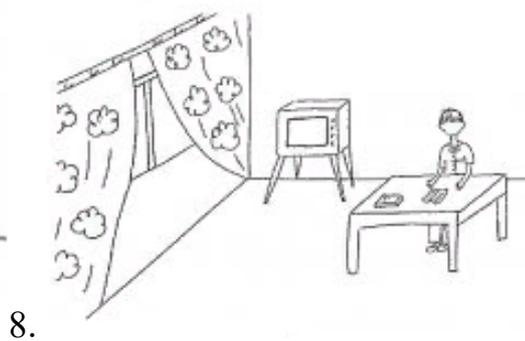
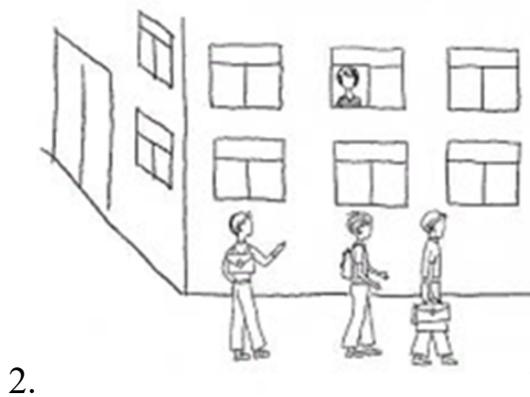
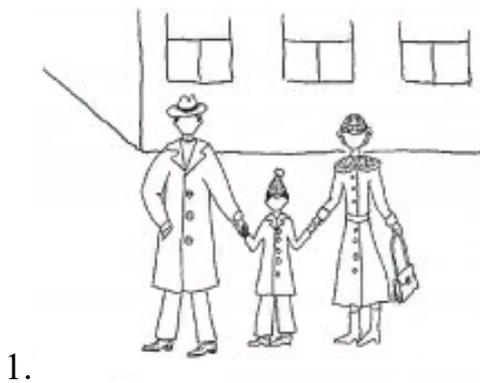
Количество отрицательных ответов	Уровень школьной тревожности
0 отрицательных ответов	Пониженный уровень тревожности
1-2 отрицательных ответа	Средний уровень тревожности
3 отрицательных ответа	Повышенный уровень тревожности
4 и более отрицательных ответов	Высокий уровень тревожности

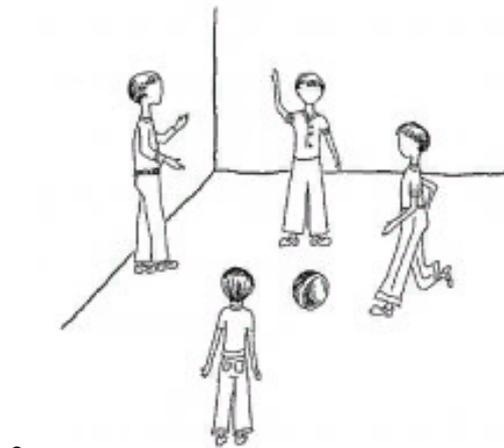
Набор карточек по проективной методике диагностики школьной тревожности А.М. Прихожан. Набор А.



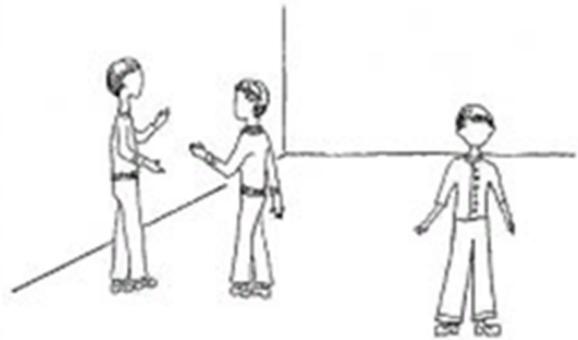


Набор карточек по проективной методике диагностики школьной тревожности Прихожан А.М. Набор В.





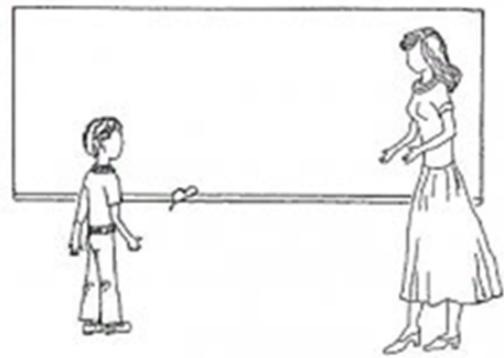
3.



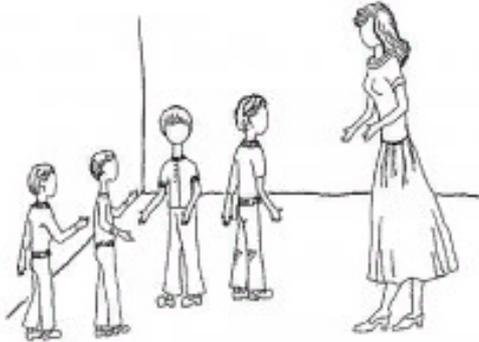
9.



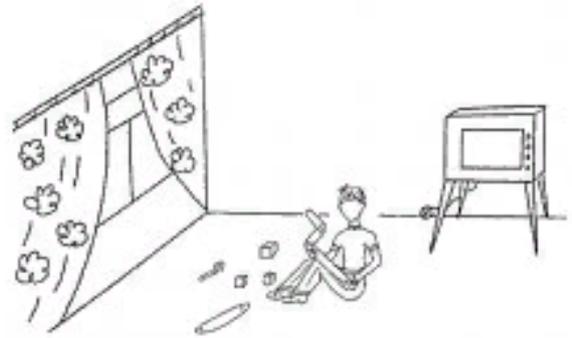
4.



10.



5.



11.



6.



12.

3. Методика исследования самооценки Щур В.Г. «Лесенка»

Анкета по методике исследования самооценки Щур В.Г. «Лесенка».

Ф.И. _____

Класс _____

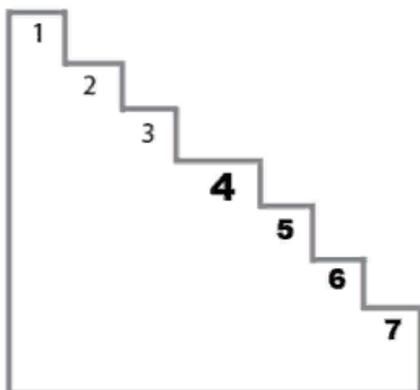


Таблица 1.4. – Ключ к методике исследования самооценки В.Г. Щур «Лесенка»

Ступень	Уровень самооценки
1 ступень	Неадекватно завышенная самооценка
2 ступень	Завышенная самооценка
3-5 ступени	Адекватная самооценка
6-7 ступени	Заниженная самооценка

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Результаты исследования адаптации первоклассников к условиям образовательной организации

Таблица 2.1. – Сводная таблица по результатам исследования по методике Лускановой Н. Г «Оценка уровня школьной мотивации»

ФИО	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Итого баллов
Ученик1	3	1	1	1	0	1	3	3	3	3	19
Ученик2	2	3	3	3	1	3	3	3	3	3	28
Ученик3	3	1	1	1	1	1	3	3	3	3	20
Ученик4	0	0	0	0	0	1	3	3	3	3	19
Ученик5	1	1	1	0	0	1	1	3	3	3	14
Ученик6	1	1	0	0	0	1	1	3	0	1	8
Ученик7	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	28
Ученик8	3	3	3	0	1	3	1	3	1	1	19
Ученик9	3	3	3	1	1	3	1	3	3	3	24
Ученик10	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	6
Ученик11	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	28
Ученик12	1	1	0	0	0	0	1	1	1	3	8
Ученик13	1	1	0	0	0	1	3	3	3	3	15
Ученик14	3	3	1	1	1	1	3	3	3	3	22
Ученик15	1	1	1	0	0	1	3	3	3	3	16
Ученик16	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	28
Ученик17	3	3	1	1	1	1	3	3	3	3	22
Ученик18	3	3	1	1	1	1	3	3	3	3	22
Ученик19	3	3	1	1	1	1	3	3	3	3	22
Ученик20	3	3	1	1	1	1	3	3	3	3	22
Ученик21	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	28
Ученик22	3	3	1	0	0	1	3	3	3	3	20
Ученик23	3	1	1	1	1	1	1	3	3	3	18
Ученик24	3	3	1	0	0	1	3	3	3	3	20
Ученик25	3	3	1	1	1	1	3	3	3	3	22
Ученик26	1	1	1	0	0	1	1	3	3	3	14
Ученик27	3	3	1	1	1	1	3	3	3	3	22
Ученик28	3	1	1	1	1	1	3	3	3	3	20
Ученик29	3	3	1	1	1	1	3	3	3	3	22
Ученик30	3	3	1	1	1	1	3	1	3	3	20

Таблица 2.2. – Сводная таблица по результатам исследования по проективной методике диагностики школьной тревожности Прихожан А.М.

ФИО	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Итого отрицательных ответов
Ученик1	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	0
Ученик2	+	+	-	+	+	+	+	+	+	-	+	+	2
Ученик3	+	+	-	+	+	+	+	-	+	+	+	+	2
Ученик4	+	+	+	-	+	-	+	+	+	+	+	+	2
Ученик5	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	0
Ученик6	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	0
Ученик7	-	+	+	+	-	-	-	+	+	-	+	+	5
Ученик8	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	0
Ученик9	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	0
Ученик10	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	0
Ученик11	+	+	+	+	+	+	+	-	+	-	+	+	2
Ученик12	+	+	+	-	+	+	-	+	+	+	+	+	2
Ученик13	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	0
Ученик14	+	+	+	+	+	+	+	-	+	+	+	+	1
Ученик15	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	0
Ученик16	-	-	+	-	-	-	+	-	+	+	+	+	6
Ученик17	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	0
Ученик18	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	0
Ученик19	+	+	+	+	+	+	+	+	+	-	+	+	1
Ученик20	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	0
Ученик21	+	+	+	+	+	+	+	-	+	+	+	+	1
Ученик22	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	1
Ученик23	+	+	+	+	+	-	+	+	+	+	+	+	1
Ученик24	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	0
Ученик25	+	+	-	+	+	-	+	-	+	-	-	-	6
Ученик26	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	0
Ученик27	+	+	+	-	-	+	+	+	+	-	+	+	3
Ученик28	+	+	-	+	+	+	-	+	+	-	+	-	4
Ученик29	+	+	+	+	+	+	+	-	+	+	+	+	1
Ученик30	-	-	+	+	+	-	+	+	-	+	+	-	5

Таблица 2.3. – Сводная таблица по результатам исследования по методике исследования самооценки Щур В.Г. «Лесенка»

ФИО	«Ступень»	Итого баллов
Ученик1	4	Адекватная самооценка
Ученик2	5	Адекватная самооценка
Ученик3	4	Адекватная самооценка
Ученик4	2	Завышенная самооценка
Ученик5	2	Завышенная самооценка
Ученик6	2	Завышенная самооценка
Ученик7	4	Адекватная самооценка
Ученик8	4	Адекватная самооценка
Ученик9	5	Адекватная самооценка
Ученик10	2	Завышенная самооценка
Ученик11	5	Адекватная самооценка
Ученик12	2	Завышенная самооценка
Ученик13	2	Завышенная самооценка
Ученик14	3	Адекватная самооценка
Ученик15	2	Завышенная самооценка
Ученик16	4	Адекватная самооценка
Ученик17	3	Адекватная самооценка
Ученик18	2	Завышенная самооценка
Ученик19	3	Адекватная самооценка
Ученик20	4	Адекватная самооценка
Ученик21	3	Адекватная самооценка
Ученик22	4	Адекватная самооценка
Ученик23	2	Завышенная самооценка
Ученик24	2	Завышенная самооценка
Ученик25	3	Адекватная самооценка
Ученик26	6	Заниженная самооценка
Ученик27	6	Заниженная самооценка
Ученик28	4	Адекватная самооценка
Ученик29	2	Завышенная самооценка
Ученик30	7	Заниженная самооценка

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Программа психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации

Таблица 3.1. – Структура программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации

Раздел	Тема	Характеристика деятельности обучающихся	Количество часов, задачи изучения
Вводный	Диагностика учащихся	Анкетирование по методике Лускановой Н.Г. «Оценка уровня школьной мотивации», тестирование по проективной методике диагностики школьной тревожности Прихожан А.М., тестирование по методике исследования уровня самооценки Щур В.Г. «Лесенка».	Выявление особенностей протекания адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.
Основной	Психологический климат в коллективе	Рассказывают о своих личностных качествах.	Развитие навыков уверенного поведения в коллективе сверстников. 45 минут.
	Наши впечатления	Работа в парах: рассказывают о личностных особенностях одноклассников.	Выявление качеств своего характера. 45 минут.
	Пространство	Составляют различные маршруты (дорога от школы до дома, из одного кабинета в другой).	Развитие навыков ориентации в пространстве. 45 минут.
	Произвольность	Выполняют упражнения на координацию движений, зрительная координация.	Развитие произвольности внимания, восприятия. 45 минут.
	Внимание	На ощупь определяют фактуру предмета.	Развитие произвольности, объема внимания. Развитие осязательных ощущений. 45 минут.
	Восприятие	Выделяют из рисунков геометрические фигуры.	Развитие произвольности восприятия. 45 минут.
	Мотивация	Называют главные особенности своего соседа по парте.	Формирование устойчивой учебной мотивации на фоне позитивной «Я-концепции» детей. 45 минут.

Продолжение таблицы 3.1.

Раздел	Тема	Характеристика деятельности обучающихся	Количество часов, задачи изучения
Основной	Школьные нормы	Составляют образ школьника.	Содействие осознанию школьных норм и правил. 45 минут.
	Нормы общения с детьми и взрослыми	Составляют рассказ на тему: «Хорошо-плохо».	Усвоение нормы общения с детьми и взрослыми. 45 минут.
	Управление настроением	Находят себе пару по определенным характеристикам.	Создание мотивации на совместную работу, создание положительного эмоционального фона. 45 минут.
Заключительный	Повторная диагностика учащихся	Анкетирование по методике Лускановой Н.Г. «Оценка уровня школьной мотивации», тестирование по проективной методике диагностики школьной тревожности Прихожан А.М., тестирование по методике исследования уровня самооценки Щур В.Г. «Лесенка».	Подведение итогов и выявление эффективности прохождения программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации.

Таблица 3.2. – Содержание программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации

Тема	Содержание	Основные коррекционно-развивающие задачи	Характеристика деятельности обучающихся	Планируемые образовательные результаты
Психологический климат в коллективе	Вводная часть: 1. Разминка «Карандаш». Основная часть: 2. Упражнение «Оригинальное использование». 3. Упражнение «Фигуры». 4. Упражнение «Я уникален».	1. Развитие навыков уверенного поведения; формирование основных способов самопознания 2. Развитие зрительной памяти.	Рассказывают о своих личностных качествах	Сформированность внутренней позиции школьника на уровне положительного отношения к школе, ориентации на содержательные моменты школьной

Продолжение таблицы 3.2.

Тема	Содержание	Основные коррекционно-развивающие задачи	Характеристика деятельности обучающихся	Планируемые образовательные результаты
Психологический климат в коллективе	Заключительная часть: Рефлексия	3. Улучшение психологического климата в группе		действительности и принятия образца «хорошего ученика»
Наши впечатления	Вводная часть: 1. Разминка «Моё имя». Основная часть: 2. Упражнение «Мои предпочтения». 3. Упражнение «Первая буква моего имени». Заключительная часть: Рефлексия	1. Систематизация полученных ранее знаний. 2. Развитие коммуникативных навыков. 3. Выявление своих качеств характера.	Мимикой показывают различные эмоции	Сформированность внутренней позиции школьника на уровне положительного отношения к школе, ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика»
Внимание	Вводная часть: 1. Разминка «Кулак-ребро-ладонь». Основная часть: 2. Упражнение «Корректирующая проба». 3. Упражнение «Делай по заданию». 4. Упражнение «Графический диктант». Заключительная часть: Рефлексия	1. Развитие объема внимания. 2. Развитие произвольности и внимания 3. Ориентация в пространстве	Выполняют упражнения на развитие координации движений	Способность к оценке своей учебной деятельности
Восприятие	Вводная часть: 1. Разминка «Улыбнись». Основная часть: 2. Упражнение «Что изменилось?».	1. Развитие произвольности и восприятия. 2. Ориентация в пространстве 3. Развитие воображения	Выделяют из рисунков геометрические фигуры	Учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам

Продолжение таблицы 3.2.

Тема	Содержание	Основные коррекционно-развивающие задачи	Характеристика деятельности обучающихся	Планируемые образовательные результаты
Восприятие	3. Уражнение «Кто позвал?» 4. Упражнение «Чуткие руки» Заключительная часть: Рефлексия			решения новой задачи
Мотивация	Вводная часть: 1. Разминка «Волшебное отражение» Основная часть: 2. «Одуванчик, ландыш, роза». 3. «Моя рука». 4. Упражнение «Свободная рука». Заключительная часть: Рефлексия	1. Формирование устойчивой учебной мотивации на фоне позитивной «Я-концепции» детей. 2. Создание мотивации на совместную работу, создание положительного эмоционального фона. 3. Поддержание доброжелательной атмосферы в группе, создание атмосферы психологической комфортности	Называют главные особенности своего соседа по парте	Широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы
Школьные нормы	Вводная часть: 1. Разминка «Доброе утро». Основная часть: 2. Упражнение «Урок в лесной школе». 3. Упражнение «Это я, это я, это все мои друзья». Заключительная часть: Рефлексия	1. Содействовать осознанию школьных норм и правил. 2. Развитие познавательных и личностных УУД. 3. Развитие свойств внимания, содействие созданию благоприятного психологического климата.	Составляют образ школьника	Знание моральных норм и ориентации на их выполнение

Продолжение таблицы 3.2.

Тема	Содержание	Основные коррекционно-развивающие задачи	Характеристика деятельности обучающихся	Планируемые образовательные результаты
Нормы общения с детьми и взрослыми	Вводная часть: 1.Разминка «Поезд». Основная часть: 2.Упражнение «Школьные правила приветствия». Заключительная часть: Рефлексия	1.Формирование личностных УУД. 2.Усвоение нормы общения с детьми и взрослыми. 3.Совершенствование коммуникативных умений и навыков. 4.Развитие умение понимать правила и нормы поведения.	Составляют рассказ на тему: «Хорошо-плохо»	Развитие этических чувств – стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения; понимание чувств других людей и сопереживание им
Управление настроением	Вводная часть: 1.Разминка «Моё актуальное состояние». Основная часть: 2.«Десять комнат». 3. «Понимаете ли вы язык эмоций». Заключительная часть: Рефлексия	1.Формирование устойчивой учебной мотивации на фоне позитивной “Я-концепции” детей. 2.Создание мотивации на совместную работу, создание положительного эмоционального фона. 3.Поддержание доброжелательной атмосферы в группе, создание атмосферы психологической комфортности	Находят себе пару по определенным характеристикам	Широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы

Содержание занятий программы:

Тема занятия №1: «Психологический климат в коллективе».

Цель: Содействовать формированию положительного отношения к школе, адекватной самооценки, стимулировать познавательную активность первоклассников.

Задачи:

1. Знакомство педагога-психолога с учащимися, налаживание контакта для дальнейшей совместной работы;
2. Сформировать внутреннюю позицию школьника на уровне положительного отношения к школе;
3. Сориентировать на содержательные моменты школьной действительности.

Оборудование: карандаши, ручки, предметы для упражнения.

Вводная часть:

1. Разминка «Карандаш».

Цель: создание неформальных связей и межличностных симпатий.

Инструкция: участники встают в круг, стоящие рядом должны удерживать подушечками указательных пальцев карандаши или ручки. Расстояние между соседями — 50—60 см. Группа, не отпуская карандашей, синхронно выполняет задания: Поднять руки, опустить их, вернуть в исходное положение. Вытянуть руки вперед, отвести назад.

Основная часть:

2. Упражнение «Оригинальное использование».

Цель: формирование умения действовать сообща и решать текущие проблемы вместе.

Инструкция: работа выполняется в командах по 4-5 человек, время — 10 мин.

Наиболее наглядно упражнение проходит, когда есть возможность дать участникам те предметы, о которых идет речь, и попросить не только назвать, но и показать предлагаемые способы их использования.

Представление работ происходит по такой схеме: одна из подгрупп называет или демонстрирует один способ использования предмета.

3. Упражнение «Фигуры».

Упражнение 3 «Построй фигуру»

Цель: формирование умения действовать сообща и решать текущие проблемы вместе.

Инструкция: участники встают в круг с закрытыми глазами и держатся за связанную нить. Ведущий дает команды:

- построить треугольник;
- построить квадрат;
- построить круг.

4. Упражнение «Я уникален»

Цель: понимание уникальности и значимости каждого человека, себя в том числе.

Инструкция: какие самые-самые приятные слова ты слышал о себе самом за всю свою жизнь? Говорил ли кто-нибудь тебе, что ты уникальный человек и неповторимая личность? Правильно ли будет сказать кому-либо: Ты уникальный человек!?"? Как можно доказать уникальность и неповторимость каждого человека?

Заключительная часть:

Рефлексия.

Ребята, вам понравилось сегодняшнее занятие? А что больше всего понравилось? С каким настроением вы уйдете с занятия?

Тема занятия №2: «Наши впечатления»

Цель: Развитие коммуникативных навыков.

Задачи:

1. Выявление своих качеств характера;
2. Сформировать внутреннюю позицию школьника на уровне положительного отношения к школе;
3. Сориентировать на содержательные моменты школьной действительности.

Оборудование: листы бумаги А4, цветные карандаши, фломастеры, краски, кисти, баночка с водой, средства воспроизведения релаксационной музыки.

Вводная часть:

1. Разминка «Мое имя»

Цель: улучшение взаимодействия участников группы.

Необходимые материалы: листы бумаги А4, цветные карандаши, фломастеры, краски, кисти, баночка с водой, релаксационная музыка.

Инструкция: Возьмите в руку воображаемую широкую кисть, представьте ведро с масляной краской (какого она цвета?). Напишите свое имя, занимая как можно больше пространства, от пола до потолка.

Закройте глаза и представьте наиболее приятный из возникавших образов. Возле Вашего имени, сделайте еще один воображаемый рисунок в пространстве. Пожалуйста, запомните этот образ, цвет, размеры букв, звучание и другие признаки. Подумайте, как часто и кто из окружающих людей называет Вас этим именем.

Участникам предлагается изобразить свое имя в виде символа: что оно значит для них.

Основная часть:

2. Упражнение «Мои предпочтения»

Цель: позволяет участникам лучше узнать друг друга.

Инструкция: психолог называет 7–8 различных тем, а дети в парах друг другу говорят, что они любят из названного.

Примерные темы: фрукты, напитки, игрушки, игры, телепередачи, певцы, времена года, сказки, цветы, занятие, место отдыха и др.

Затем ученики по цепочке называют, что любит сосед по парте.

3. Упражнение «Первая буква моего имени».

Цель: возможность выучить имена участников и одновременно прорекламировать себя.

Инструкция: назови три прилагательных на первую букву в своем имени.

Заключительная часть:

Рефлексия.

Ребята, вам понравилось сегодняшнее занятие? А что больше всего понравилось? С каким настроением вы уйдете с занятия?

Тема занятия №3: Пространство.

Цель: формирование навыков ориентирования в пространстве и на плоскости

Задачи:

1. Развивать умение определять пространственные направления от себя, от предмета;
2. Развитие зрительного и пространственного восприятия через работу с сенсорными эталонами и лабиринтами;
3. Воспитывать у детей познавательную активность.

Оборудование: альбомные листы, фломастеры, цветные карандаши, краски, пластилин.

Вводная часть:

1. Упражнение «Найди своё место».

Инструкция: вот зал, в котором мы с вами находимся, это наше пространство. Участок пола, на котором вы стоите, это ваше персональное место в этом большом пространстве.

Основная часть:

2. Упражнение «Маршрут»

Инструкция: учащимся предлагается изготовить индивидуальные карты – маршруты для детей «Дорога в школу и домой». Для работы мы предлагаем вам альбомные листы, фломастеры, цветные карандаши, краски.

Заключительная часть:

Рефлексия.

Ребята, вам понравилось сегодняшнее занятие? А что больше всего понравилось? С каким настроением вы уйдете с занятия?

Тема занятия №4: Произвольность.

Цель: развитие произвольности.

Задачи:

1. Развить способность к оценке своей учебной деятельности;
2. Развитие произвольности и внимания;
3. Развитие ориентации в пространстве.

Оборудование: ручки, бланки для упражнения «Закончи ряд».

Вводная часть:

1.Разминка «Летает — не летает».

Дети садятся или встают в круг. Ведущий объясняет правила игры: «Я буду называть предметы, а ваша задача определить летает этот предмет или не летает. Если я назову предмет, который летает, вы поднимите руки. Если я назову нелетающий предмет, вы топаете ногами. Пожалуйста, будьте внимательными».

Примерный список: муха, стул, самолет, книга, линейка, снег, пчела, дерево, дирижабль, телевизор, яблоко, сокол, диван, ковер, автомобиль, ворона, синица и пр.

Ведущий, называя слова, провоцирует детей неправильными действиями. Игра заключается в том, что дети должны сохранять бдительность во время уловок и всегда различать зрительный сигнал и содержание вопроса.

Основная часть:

2.Танцевальная игра «Воздушные шары».

Инструкция: найдите себе партнёра, который будет стоять вместе с вами в вашем «воздушном шаре», решите, кто будет «номером первым», а кто – «номером вторым»... Поднимите руки вверх, первые номера... Поднимите руки вверх, вторые номера... Хорошо!

Первые номера остаются внутри «воздушного шара», стараясь «толкаться» по всем направлениям: вверх, по обе стороны от вас и позади вас, чтобы увеличить размер занимаемого пространства.

Вторые номера под звуки музыки передвигаются по залу в различных направлениях, обходя вокруг все чужие «шары»... Когда прекратится музыкальное сопровождение, вторые номера возвращаются к партнёру в собственный «воздушный шар», и вы и ваш партнер должны замереть, приняв свои самые лучшие статичные позы... Всем понятны правила нашей танцевальной игры? Отлично! Давайте попробуем. С сопровождением музыки дети выполняют первую часть игры.

Теперь партнеры меняются местами. Вторые номера остаются внутри «Воздушных шаров», а первые номера – передвигаются под музыку по залу. Принимать позы следует не только тем, кто находится в пределах своего «шара», но и тем, кто перемещается по всему пространству зала. Под музыкальное сопровождение дети выполняют следующую часть игры.

После проведения двух частей игры, сделать короткий перерыв, где отметить хорошие «стартовые формы» и попросить отличившихся снова их показать. Провести танцевальную игру ещё дважды, предварительно разделив ребят на две равные группы. Одна группа наблюдает за выступлением другой, чтобы увидеть четкое ориентирование в пространстве, точные действия и хорошие статичные позы. И в конце занятия обсудить с ребятами их наблюдения.

3.Упражнение «Закончи ряд».

Детям выдаются бланки (представлен на рисунке 18). Начало задания показано на образце. Задание: Продолжите рисунок и закончите ряд.

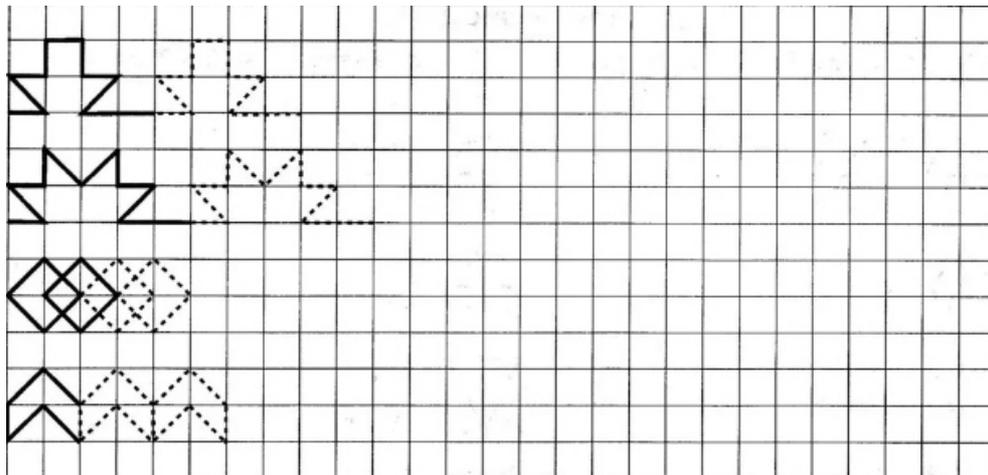


Рисунок 13 – Раздаточный материал для упражнения «Закончи ряд»

Заключительная часть:

Рефлексия.

Ребята, вам понравилось сегодняшнее занятие? А что больше всего понравилось? С каким настроением вы уйдете с занятия?

Тема занятия №5: Внимание.

Цель: развитие произвольного внимания, процессов мышления.

Задачи:

1. Формирование общеинтеллектуальных умений (операции анализа, сравнения, обобщения, выделение существенных признаков и закономерностей, гибкость мыслительных процессов);
2. Развитие внимания (устойчивость, концентрация, переключение и т. д.);
3. Развитие памяти (формирование навыков запоминания, устойчивости, развитие смысловой памяти);
4. Формирование положительной мотивации к учению.

Оборудование: мультимедийная презентация, проектор, доска, раздаточный материал: листы бумаги, карандаши.

Вводная часть:

1. Разминка «Кулак-ребро-ладонь».

Необходимо слушать и выполнять инструкцию, я показываю вам положение рук, которое вы должны выполнять за мной. Сначала положение кулак, потом ребро ладони, потом — ладонь. Повторить несколько раз, при этом можно то увеличивать темп работы, то уменьшать.

У всех ли всё получилось? Кто-то запутался?

Основная часть:

2. Упражнение «Корректирующая проба».

Ребята я раздам вам бланки с набором букв. Необходимо найти и вычеркнуть ту букву, которую я вам назову карандашом синего цвета. — Поменяйтесь бланками с соседом по парте, возьмите в руки карандаш красного цвета, и проверьте правильность выполнения задания.

У всех ли всё получилось? Кто-то запутался?

3. Упражнение «Делай по заданию».

Я буду называть вам различные слова, если вы услышите слово, обозначающее какое-либо животное вы должны хлопнуть в ладоши. Договорились?

4. Упражнение «Графический диктант».

Ребята, вам необходимо внимательно слушать и выполнять рисование по клеточкам, если вы все выполните правильно, то в конце у вас получится определенная фигура: 1 клетка вверх; 3 клетки вправо; 1 клетка вверх; 1 клетка вправо;

1 клетка вверх; 1 клетка вправо; 1 клетка вверх; 1 клетка вправо; 1 клетка вверх; 1 клетка вправо; 1 клетка вверх; 3 клетка вправо; 1 клетка вниз; 2 клетки влево; 4 клетки вниз; 3 клетки вправо; 1 клетка вниз; 1 клетка влево; 1 клетка вниз; 1 клетка влево; 1 клетка вниз; 7 клеток влево; 1 клетка вверх; 1 клетка влево; 1 клетка вверх; 1 клетка влево; Что получилось?

Заключительная часть:

Рефлексия.

Ребята, вам понравилось сегодняшнее занятие? А что больше всего понравилось? С каким настроением вы уйдете с занятия?

Тема занятия №6: Восприятие.

Цель: создать условия для развития различных видов восприятия у детей младшего школьного возраста.

Задачи:

1. Развить навыки ориентации в пространстве;
2. Развить учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи.

Оборудование: мультимедийная презентация, проектор.

Вводная часть:

1. Разминка «Улыбнись».

Цель: развитие артикуляции.

Широко улыбнитесь, обнажив сомкнутые зубы. Положение губ, как при произнесении звука И. Попросите детей улыбнуться в ответ и держать губы в улыбке 3–5 секунд. Можете прочитать малышам рифмовку: Улыбнитесь мне скорей. Тяните губки до ушей!

Основная часть:

2. Упражнение «Что изменилось?»

Ребята, следующая игра называется «Что изменилось? Задание такое, я буду показывать вам на слайдах картинки с набором предметов, вам нужно будет запомнить, что изображено на картинке, потом я покажу вам картинку с небольшим изменением, вам нужно будет найти, что изменилось. — Всем понятно? Демонстрация на слайдах.

3. Упражнение «Кто позвал?»

Цель: развитие слухового восприятия.

Процедура: ребенку водящему закрывают глаза. Дети становятся вокруг него, и кто-нибудь из игроков зовет его по имени. Тот должен отгадать, кто его позвал.

4. Упражнение «Чуткие руки»

Семь детей становятся в линейку, выбирается ведущий, который, по-очереди дотрагиваясь до детей должен определить, у кого самые:

- Тёплые руки
- Самые холодные уши
- Тёплые щёки
- Холодные руки
- Самый холодный нос
- Самый тёплый лоб

Заключительная часть:

Рефлексия.

Ребята, вам понравилось сегодняшнее занятие? А что больше всего понравилось? С каким настроением вы уйдете с занятия?

Тема занятия №7: Мотивация.

Цель: Способствовать формированию мотивационной основы учебной деятельности.

Задачи:

1. Сформировать устойчивую мотивацию на фоне позитивной «Я-концепции»;

2. Создать мотивацию на совместную работу;

3. Создать положительной эмоциональной атмосферы в коллективе.

Оборудование: шкатулка с зеркалом, листы жёлтой бумаги, цветные карандаши.

Вводная часть:

1.Разминка «Волшебное отражение».

Цель: развитие чувства собственного достоинства.

Психолог предлагает ребенку заглянуть в шкатулку. «Там, в маленьком «волшебном» озере, ты увидишь самого уникального и неповторимого человека на свете. Улыбнись ему».

Основная часть:

2. Упражнение «Одуванчик, ландыш, роза».

Цель: формирование уверенности в себе.

Психолог поочередно показывает цветы и ребенку необходимо выполнить определенные действия: одуванчик – «кричалка» – можно бегать, кричать, сильно шуметь; ландыш – «шепталка» – разрешается тихо передвигаться и шептать; роза – «молчалка» – ребенок замирает на месте и не шевелится.

Повторить 3-5 раз. Закончить игру «молчалкой».

Анализ: Что испытал? Что почувствовал, выполняя это упражнение?

3. Упражнение «Моя рука».

Цель: осознание и изменение своего Я.

Психолог. Перед тобой лежит лист желтой бумаги, обведи на листе свою руку. Напишите на пальчиках хорошие чувства, а на ладошке, то, что хотелось изменить в себе.

Анализ. Получил ли ты удовольствие от процесса? Какие чувства возникали во время выполнения задания? Что чувствуешь, когда смотришь на свою работу?

4. Упражнение «Свободная рука».

Цель: релаксация, понимание своего я.

Психолог предлагает закрыть глаза и в течение нескольких минут хаотично, стремясь не контролировать движения руки сознанием, водить карандашом по бумаге, рисуя на листе каракули – беспорядочные, непрерывные линии. Через одну-две минуты ребенок открывает глаза и в результате получается сложный клубок линий, в котором следует увидеть какой-либо образ или несколько образов. Ребенку предлагается прорисовать эти образы, добавляя к каракулям новые детали или усиливая уже имеющиеся в каракулях элементы. При этом можно пользоваться карандашами любого цвета.

Анализ: Что ты увидел? Какие чувства наполняли тебя в процессе создания образа? Удалось получить от работы удовольствие? Какие чувства вызывает у тебя работа сейчас? Где эти чувства отзываются в теле, на что это похоже? Передай движение по кругу».

Заключительная часть:

Рефлексия.

Ребята, вам понравилось сегодняшнее занятие? А что больше всего понравилось? С каким настроением вы уйдете с занятия?

Тема занятия №8: Школьные нормы.

Цель: знакомство учащихся с правилами школьной жизни.

Задачи:

1.Содействовать осознанию школьных норм и правил;

2.развитие свойств внимания;

3.Содействие созданию благоприятного психологического климата.

Оборудование: мультимедийная презентация, проектор.

Вводная часть:

1.Разминка «Доброе утро».

Инструкция: я скажу: «Доброе утро.....» и назову кого-то из вашего класса. Те кого я назову, помашут мне рукой – значит вы услышали и ответили мне на приветствие. Попробуем? Доброе утро всем девочкам! Доброе утро всем мальчикам! Доброе утро всем, кто пришёл в школу с хорошим настроением! Доброе утро всем, кто сегодня чистил зубы! Доброе утро всем, кому нравится такая погода, как сегодня за окном! Доброе утро всем, кому интересно на наших занятиях!

Основная часть:

2.Упражнение «Урок в лесной школе».

Инструкция: послушайте историю, которая произошла в лесной школе, у зверят -первоклассников. В самый первый школьный день учитель познакомил их с правилами поведения. Зверята слушали, слушали, головами кивали, мол. Всё понятно, а на следующий день.... Послушайте, что произошло на уроке в Лесной школе и постарайтесь заметить, какие правила зверята забыли. Кто заметит, поднимите руку, чтобы я видела. Готовы? Слушайте.

Утром зверята собрались в классе. Медвежонок сонно поглядывал вокруг, Зайка радостно подпрыгивал на месте, с нетерпением ожидая урока. Лисёнок посматривал на зверят в классе и вспоминал, как кого зовут. Прозвенел звонок. Начался урок. В класс вошёл учитель, поздоровался со всеми и спросил: «Кто сегодня хочет помочь мне раздать книги». Не успел он договорить. Как зверята с мест повскакивали, руки до потолка тянут, и каждый кричит изо всех сил, чтобы учитель его услышал: «Я хочу! Я помогу». А Зайчонок и лисёнок даже к Учителю подбежали и вокруг него прыгают, чтобы он именно их заметил. Еле-еле успокоил своих «помощников» Учитель.

Между тем урок продолжался. Учитель сказал, что приготовил для зверят загадки и попросил их внимательно слушать. А медвежонок голову к лисёнку наклонил и слушает, как лисёнок ему шепчет, что он самые грибные места в лесу знает и после школы Медвежёнку покажет, где белые грибы растут размером со стул.

Учитель говорит: «Ну как, ушки на макушке? Слушайте загадку: «Всю ночь летает, мышей добывает, а станет светло – спать летит в дупло. Кто это? Медвежонок, как ты думаешь кто это?». Встал Медвежонок, по сторонам оглядывается, понять ничего не может. «Кто это, как ты думаешь?» - опять учитель спрашивает. «Это Лисенок», - отвечает Медвежонок первое, что в голову пришло, и никак понять не может, отчего все вокруг смеются. Попросил Учитель Медвежонка не отвлекаться, слушать внимательно и у Зайчонка спрашивает ответ. Зайчонок отгадать загадку никак не может и на друзей глазами косит, мол, помогите, подскажите. Жалко стало Белочке своего соседа по парте, она и давай ему нашептывать: «Со-ва. Со-ва». А Зайка ушками шевелит, расслышать старается, да только никак слова не разберёт, уж больно тихо Белочка говорит.

«Ну, так что же, знаешь ты ответ?» - Учитель. «Да. Это лиса», - сказал Зайчонок то, что он расслышал из Белочкиного бормотания. И опять рассмеялись зверята. Да только весёлого в этой истории было немного, потому как на успели за урок зверята ничему новому научиться, ни интересного ничего узнать. Почему так получилось? О каких школьных правилах они забыли?»

Скажите, пожалуйста, какие правила зверята нарушили?

3.Упражнение «Это я, это я, это все мои друзья».

Инструкция: Если я называю, то что вы делаете, то вы повторяете - «Это я, это я, это все мои друзья». Если же сказанное, вам не подходит, то все молчат. Будьте внимательны.

- Кто ватагою веселой каждый день шагает в школу?
- Это я, это я, это все мои друзья.
- Кто из вас, скажите вслух, на уроке ловит мух?

- Это я, ...
- Кто мороза не боится, на коньках летит как птица?
- Это я, ...
- Кто из вас, как подрастет, в космонавты лишь пойдет?
- Это я, ...
- Кто из вас не ходит хмурый, любит спорт и физкультуру?
- Это я, ...
- Кто из вас, такой хороший, загорать ходил в калошах?
- Это я, ...
- Кто домашний свой урок выполняет точно в срок?
- Это я, ...
- Кто из вас хранит в порядке книжки, ручки и тетрадки?
- Это я, ...
- Кто из вас, из малышей, ходит грязный до ушей?
- Это я, ...
- Кто из вас по мостовой ходит кверху головой?
- Это я, ...
- Кто из вас, хочу я знать, с прилежанием на "пять"?
- Это я, ...
- Кто из вас приходит в класс с опозданием на час?
- Это я, ...

Заключительная часть:

Рефлексия.

Ребята, вам понравилось сегодняшнее занятие? А что больше всего понравилось? С каким настроением вы уйдете с занятия?

Тема занятия №9: Нормы общения с детьми и взрослыми.

Цель: усвоение норм общения с детьми и взрослыми.

Задачи:

1. Познакомить детей со школьными правилами приветствия учителя;
2. Развитие этнических чувств — стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения; понимание чувств других людей и сопереживание им;
3. Развитие коммуникативных умений и навыков;
4. Развитие умения понимать правила и нормы поведения.

Оборудование: мультимедийная презентация, проектор.

Вводная часть:

1.Разминка «Поезд».

Инструкция: сейчас я буду паровозиком, а вы – моими вагончиками. (Звуки «чух-чух», «ту-ту»). Но вагончики будут прикрепляться ко мне по очереди, каждый на своей станции. Каждый последний в поезде ребенок во время остановки спрашивает, обращаясь к ребенку, около которого остановились: «Как называется станция? ». Тот отвечает (называет свое имя, и его приглашают сесть в поезд. Все вместе дают гудок к отправлению: «Ту-ту».

Какой же веселый паровозик у нас получился! Ребята, вам понравился наш паровоз?

Основная часть:

2.Упражнения «Школьные правила приветствия».

Психолог рассказывает о различных способах приветствия: раскланиваться, снимать шляпу, обмениваться рукопожатием; дает краткую историческую справку о возникновении данных форм приветствия и предлагает детям обменяться «рукопожатием» в парах: в тетради обвести контур правой руки соседа. Далее урок проходит в виде инсценирования детьми приветствий различных народов: психолог

говорит, дети проигрывают каждое приветствие (меняющиеся пары детей – в центре класса – как образец выполнения действий, остальные – за партами тоже в парах).

В Индии в знак приветствия складывают руки вместе и прижимают их к груди. Китаец в прежние времена, встречая друга, пожимал руку самому себе. Самоанцы, жители острова Самоа, при приветствии обнюхивают друг друга. Латиноамериканцы – обнимаются. Лапландцы, жители Крайнего севера – трутся носами. Японцы – кланяются. Тибетцы, здороваясь, снимают головной убор правой рукой, левую руку они закладывают за ухо, еще высовывают язык.

Представьте, если мы высунем язык при приветствии, то вряд ли захотят поздороваться с нами в следующий раз. А для тибетцев – это вежливая форма приветствия.

Русские, англичане, американцы в качестве приветственного жеста пожимают друг другу руки. Это называется рукопожатие. Пожимающие друг другу правые руки показывают, в них нет оружия, наши намерения чисты. При рукопожатии надо помнить, что у всех различная сила и пожать руку – значит приветствовать, а не сломать пальцы. Не стоит бурно и долго трясти руку, как не следует «ронять» ее не успев пожать. Лучше всего короткое, энергичное пожатие. За руку здороваются только взрослые. Если вам протягивают руку для пожатия, не принять ее – невежливо и даже оскорбительно. Первой при рукопожатии должна подавать руку женщина – мужчине. Старший – младшему.

У некоторых индейских племен в Америке принято при виде незнакомого человека до тех пор сидеть на корточках, пока он не приблизится и не заметит этой миролюбивой позы. Иногда они для приветствия снимают обувь.

Немного из истории: Давным – давно важные графы и графини, герцоги и герцогини, дамы и кавалеры долго раскланивались при встрече, используя при этом разнообразные движения, реверансы (видео-ролик).

Представьте себе, чтобы было, если мы в наше время тратили столько сил на поклоны, реверансы... (дети рассуждают).

Ребята, вы убедились, что приветствия бывают самыми разнообразными, непохожими одно на другое. В школе же существуют свои правила. Давайте познакомимся и с ними (каждое правило закрепляем проигрыванием аналогичной ситуации по ролям, где дошкольники становятся учениками и учителем, роли меняются):

До уроков

При входе в класс нужно поздороваться сразу со всеми присутствующими, а потом можно еще раз отдельно с друзьями и учителем.

Начало урока

Учитель здоровается с классом, дети «Здравствуйте» хором не произносят. Выполнение правила «Готов к уроку», когда дети стоят у своих парт, обозначает приветствие.

Во время урока

Если во время урока в класс кто-то заходит и здоровается с детьми, они должны молча встать у своих парт. В других случаях дети продолжают работать.

Желательно эту ситуацию несколько раз проиграть.

В неурочное время

При встрече со знакомым учителем на перемене или на улице ученик должен поздороваться первым.

При входе в служебное помещение (медпункт, библиотеку и др.) ученик должен здороваться.

Заключительная часть:

Рефлексия.

Ребята, вам понравилось сегодняшнее занятие? А что больше всего понравилось? С каким настроением вы уйдете с занятия?

Тема занятия №10: «Управление настроением»

Цель: расширение знаний об эмоциональной сфере, особенностях переживания и проявления эмоций.

Задачи:

1. Формирование представления о собственном эмоциональном мире;
2. Расширение знаний об эмоциональной сфере, особенностях переживания и проявления эмоций;
3. Воспитывать культуру общения.

Оборудование: доска, проектор, мультимедийная презентация.

Вводная часть:

1. Разминка «Моё актуальное состояние»

Опрос:

— вспомните, какое настроение чаще всего было у вас в течение всей недели?

— Всегда ли вы были спокойны и веселы?

— Всегда ли вы были внимательны и сосредоточены?

— Были ли вспышки гнева?

— Было ли вам неудобно за какое-то свое поведение?

Основная часть:

2. Упражнение «Десять комнат».

Представьте, что мы живём в доме, в котором есть десять комнат. Восемь из них имеют названия «Радость», «Страх», «Гнев», «Агрессия», «Надежда», «Одиночество», «Удивление», «Печаль», а две комнаты не имеют названия.

Придумайте символ для каждой двери, подумайте, с чем ассоциируются у вас эти эмоции и чувства, что вызывает эти эмоции и чувства? Какой могла бы быть вывеска на двери? Придумайте названия и рисунки для двух оставшихся комнат, это могут быть чувства и эмоции, которые имеют для вас значение.

Ответьте на вопросы:

— В какую комнату вы чаще открываете дверь?

— А где наоборот бываете редким гостем?

— В каких комнатах теряете силы?

— А где набираетесь сил, чувствуете себя увереннее?

— В каких комнатах вам приятно находиться?

— В какие комнаты вы не любите заглядывать? Почему?

— Что почувствовали, работая над этим упражнением? О чём задумались?

3. Упражнение «Понимаете ли вы язык мимики?».

Предлагаю проверить себя. На слайде пять выражений лица. Попытайтесь понять, какие это эмоции, а после я открою правильные ответы.

Ключ: Грусть; Злость; Радость; Удивление; Страх.

Заключительная часть:

Рефлексия.

Ваши впечатления о занятиях? Чему научились? А что больше всего понравилось?

Таблица 3.3. – Описание используемых методик, технологий и инструментария

Методика, технология, инструментарий	Источник
<p>Упражнения: «Оригинальное использование», «Фигуры», «Я уникален», «Мои предпочтения», «Первая буква моего имени», «Закончи ряд». «Корректурная проба», «Делай по заданию», «Графический диктант», «Что изменилось?», «Кто позвал?», «Чуткие руки», «Одуванчик, ландыш, роза», «Моя рука», «Понимаете ли вы язык эмоций».</p>	<p>Локалова, Н. П. 120 уроков психологического развития младших школьников {Психологическая программа развития когнитивной сферы учащихся I-IV классов}. - М.: «Ось-89», 2017</p>
<p>Упражнения: «Маршрут», «Свободная рука», «Урок в лесной школе», «Это я, это я, это все мои друзья», «Школьные правила приветствия», «Десять комнат».</p>	<p>Методическое сопровождение адаптационного периода первоклассников: рекомендации, конспекты уроков, игры и упражнения – И.Ю. Гайдукова, Е.М. Елизарова. – Волгоград: Учитель, - 2009.</p>
<p>Технология диалогового обучения, игровые технологии</p>	<p>Морозова, Е. С. Современные образовательные технологии. Игровая технология. / Елена Морозова: – СПб.: Питер, 2018 — 30 с.</p>
<p>Беседа о правилах взаимоотношениях со сверстниками и преподавателями.</p>	<p>Андреева, А. Д., Изучение психологии в школе как ресурс воспитания психологической культуры молодого поколения страны./ Андреева А. Д., Данилова Е. Е. Вестник практической психологии образования №3/2011. [Электронный ресурс] Портал психологических изданий PsyJournals.ru http://psyjournals.ru/vestnik_psyobr/2011/n3/index.shtml</p>

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Результаты опытно-экспериментального исследования психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации

Таблица 4.1. – Сводная таблица по результатам повторного исследования по методике Лускановой Н.Г «Оценка уровня школьной мотивации»

ФИО	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Итого баллов
Ученик1	3	1	1	1	0	1	3	3	3	3	19
Ученик2	2	3	3	3	1	3	3	3	3	3	28
Ученик3	3	1	1	1	1	1	3	3	3	3	20
Ученик4	0	0	0	0	0	1	3	3	3	3	19
Ученик5	1	1	1	0	0	1	1	3	3	3	14
Ученик6	1	1	1	1	0	1	3	3	3	1	15
Ученик7	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	28
Ученик8	3	3	3	0	1	3	1	3	1	1	19
Ученик9	3	3	3	1	1	3	1	3	3	3	24
Ученик10	1	1	3	0	3	0	1	3	1	3	16
Ученик11	3	3	3	3	1	3	3	3	1	3	26
Ученик12	1	3	3	1	1	3	3	1	1	3	20
Ученик13	1	1	0	0	0	3	3	3	3	3	17
Ученик14	3	3	1	1	1	1	3	3	3	3	22
Ученик15	1	1	1	3	1	1	3	3	3	3	20
Ученик16	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	28
Ученик17	3	3	3	3	1	1	3	3	3	3	26
Ученик18	3	3	1	1	1	1	3	3	3	3	22
Ученик19	3	3	1	1	1	1	3	3	3	3	22
Ученик20	3	3	1	1	3	3	3	3	3	3	26
Ученик21	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	28
Ученик22	3	3	1	0	0	3	3	3	3	3	22
Ученик23	3	1	1	1	1	1	1	3	3	3	18
Ученик24	3	3	1	1	0	1	3	3	3	3	21
Ученик25	3	3	1	1	3	1	3	3	3	3	24
Ученик26	1	1	1	3	0	1	1	3	3	3	17
Ученик27	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	28
Ученик28	3	1	1	3	1	1	3	3	3	3	22
Ученик29	3	3	3	1	3	1	3	3	3	3	26
Ученик30	3	3	3	1	3	1	3	1	3	3	24

Таблица 4.2. – Сводная таблица по результатам повторного исследования по проективной методике диагностики школьной тревожности Прихожан А.М.

ФИО	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Итого отрицательных ответов
Ученик1	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	0
Ученик2	+	+	+	+	+	+	+	+	+	-	+	+	1
Ученик3	+	+	+	+	+	+	+	-	+	+	+	+	1
Ученик4	+	+	+	+	+	-	+	+	+	+	+	+	1
Ученик5	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	0
Ученик6	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	0
Ученик7	+	+	+	+	-	-	+	+	+	+	+	+	2
Ученик8	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	0
Ученик9	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	0
Ученик10	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	0
Ученик11	+	+	+	+	+	+	+	+	+	-	+	+	1
Ученик12	+	+	+	+	+	+	-	+	+	+	+	+	1
Ученик13	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	0
Ученик14	+	+	+	+	+	+	+	-	+	+	+	+	1
Ученик15	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	0
Ученик16	-	+	+	-	-	+	+	+	+	+	+	+	3
Ученик17	+	+	+	+	-	+	+	+	+	+	+	+	1
Ученик18	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	0
Ученик19	+	+	+	+	+	+	+	+	+	-	+	+	1
Ученик20	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	0
Ученик21	+	+	+	+	+	+	+	-	+	+	+	+	1
Ученик22	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	1
Ученик23	+	+	+	+	+	-	+	+	+	+	+	+	1
Ученик24	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	0
Ученик25	+	+	+	+	+	-	-	+	+	-	+	+	3
Ученик26	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	0
Ученик27	+	+	+	+	-	+	+	+	+	+	+	+	1
Ученик28	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	0
Ученик29	+	+	+	+	+	+	+	-	+	+	+	+	1
Ученик30	+	+	+	+	+	-	+	+	+	+	+	+	1

Таблица 4.3. – Сводная таблица по результатам повторного исследования по методике исследования самооценки Щур В.Г. «Лесенка»

ФИО	«Ступень»	Итого баллов
Ученик1	3	Адекватная самооценка
Ученик2	3	Адекватная самооценка
Ученик3	3	Адекватная самооценка
Ученик4	3	Адекватная самооценка
Ученик5	2	Завышенная самооценка
Ученик6	2	Завышенная самооценка
Ученик7	3	Адекватная самооценка
Ученик8	4	Адекватная самооценка
Ученик13	2	Завышенная самооценка
Ученик14	3	Адекватная самооценка
Ученик15	3	Адекватная самооценка
Ученик16	4	Адекватная самооценка
Ученик17	3	Адекватная самооценка
Ученик18	2	Завышенная самооценка
Ученик19	3	Адекватная самооценка
Ученик20	4	Адекватная самооценка
Ученик21	3	Адекватная самооценка
Ученик22	3	Адекватная самооценка
Ученик23	2	Завышенная самооценка
Ученик24	1	Завышенная самооценка
Ученик25	3	Адекватная самооценка
Ученик26	4	Адекватная самооценка
Ученик27	5	Адекватная самооценка
Ученик28	4	Адекватная самооценка
Ученик29	2	Завышенная самооценка
Ученик30	6	Заниженная самооценка

Таблица 4.4. – Подсчет по Т–критерию Вилкоксона при сопоставлении показателей первичной и повторной диагностики по методике Лускановой Н.Г. «Оценка уровня школьной мотивации»

Код имени испытуемого	Уровень школьной мотивации		Разность	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
	До применения программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации	После применения программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации			
Ученик1	19	19	0	0	-
Ученик2	28	28	0	0	-
Ученик3	20	20	0	0	-
Ученик4	19	19	0	0	-
Ученик5	14	14	0	0	-
Ученик6	8	15	7	7	14
Ученик7	28	28	0	0	-
Ученик8	19	19	0	0	-
Ученик9	24	24	0	0	-
Ученик10	6	16	10	10	15
Ученик11	28	26	-2	2	4
Ученик12	8	20	12	12	16
Ученик13	15	17	2	2	4
Ученик14	22	22	0	0	-
Ученик15	16	20	4	4	10
Ученик16	28	28	0	0	-
Ученик17	22	26	4	4	10
Ученик18	22	22	0	0	-
Ученик19	22	22	0	0	-
Ученик20	22	26	4	4	10
Ученик21	28	28	0	0	-
Ученик22	20	22	2	2	4
Ученик23	18	18	0	0	-
Ученик24	20	21	1	1	1
Ученик25	22	24	2	2	4
Ученик26	14	17	3	3	7
Ученик27	22	28	6	6	13
Ученик28	20	22	2	2	4
Ученик29	22	26	4	4	10
Ученик30	20	24	4	4	10
Сумма					136

Общая сумма рангов:

$$\sum T_{\text{эмп.}} = 136.$$

Расчетная сумма рангов:

$$\sum T_p = \frac{16 \cdot (16+1)}{2} = 136.$$

$$\sum T_{\text{эмп.}} = \sum R_p.$$

Следовательно, ранжирование проведено верно.

Таблица 4.5. – Подсчет по Т–критерию Вилкоксона при сопоставлении показателей первичной и повторной диагностики по проективной методике диагностики школьной тревожности Прихожан А.М.

Код имени испытуемого	Уровень школьной тревожности		Разность	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
	До применения программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации	После применения программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации			
Ученик1	0	0	0	0	-
Ученик2	2	1	-1	1	3,5
Ученик3	2	1	-1	1	3,5
Ученик4	2	1	-1	1	3,5
Ученик5	0	0	0	0	-
Ученик6	0	0	0	0	-
Ученик7	5	2	-3	3	9
Ученик8	0	0	0	0	-
Ученик9	0	0	0	0	-
Ученик10	0	0	0	0	-
Ученик11	2	1	-1	1	3,5
Ученик12	2	1	-1	1	3,5
Ученик13	0	0	0	0	-
Ученик14	1	1	0	0	-
Ученик15	0	0	0	0	-
Ученик16	6	3	-3	3	9
Ученик17	0	1	1	1	3,5
Ученик18	0	0	0	0	-
Ученик19	1	1	0	0	-
Ученик20	0	0	0	0	-
Ученик21	1	1	0	0	-
Ученик22	1	1	0	0	-
Ученик23	1	1	0	0	-
Ученик24	0	0	0	0	-
Ученик25	6	3	-3	3	9
Ученик26	0	0	0	0	-
Ученик27	3	1	-2	2	7
Ученик28	4	0	-4	4	11,5
Ученик29	1	1	0	0	-
Ученик30	5	1	-4	4	11,5
Сумма					78

Общая сумма рангов:

$$\sum T_{\text{эмп.}} = 78.$$

Расчетная сумма рангов:

$$\sum T_p = \frac{12 \cdot (12+1)}{2} = 78.$$

$$\sum T_{\text{эмп.}} = \sum R_p.$$

Следовательно, ранжирование проведено верно.

Таблица 4.6. – Подсчет по T–критерию Вилкоксона при сопоставлении показателей первичной и повторной диагностики по методике исследования самооценки Щур В.Г.

«Лесенка»

Код имени испытуемого	Уровень самооценки		Разность	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
	До применения программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации	После применения программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной организации			
Ученик1	4	3	-1	1	4,5
Ученик2	5	3	-2	2	10,5
Ученик3	4	3	-1	1	4,5
Ученик4	2	3	1	1	4,5
Ученик5	2	2	0	0	-
Ученик6	2	2	0	0	-
Ученик7	4	3	-1	1	4,5
Ученик8	4	4	0	0	-
Ученик9	5	3	-2	2	10,5
Ученик10	2	2	0	0	-
Ученик11	5	3	-2	2	10,5
Ученик12	2	2	0	0	-
Ученик13	2	2	0	0	-
Ученик14	3	2	0	0	-
Ученик15	2	3	1	1	4,5
Ученик16	4	4	0	0	-
Ученик17	3	3	0	0	-
Ученик18	2	2	0	0	-
Ученик19	3	3	0	0	-
Ученик20	4	4	0	0	-
Ученик21	3	3	0	0	-
Ученик22	4	3	-1	1	4,5
Ученик23	2	2	0	0	-
Ученик24	2	2	0	0	-
Ученик25	3	3	0	0	-
Ученик26	6	4	-2	2	10,5
Ученик27	6	5	-1	1	4,5
Ученик28	4	4	0	0	-

Продолжение таблицы 4.6.

Ученик29	2	2	0	0	-
Ученик30	7	6	-1	1	4,5
Сумма					78

Общая сумма рангов:

$$\sum T_{\text{эмп.}} = 78.$$

Расчетная сумма рангов:

$$\sum T_p = \frac{12 \cdot (12+1)}{2} = 78.$$

$$\sum T_{\text{эмп.}} = \sum R_p.$$

Следовательно, ранжирование проведено верно.