



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

Колледж ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»

ПОВЫШЕНИЕ УРОВНЯ АДАПТАЦИИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С УЧЕТОМ  
ОСОБЕННОСТЕЙ ЛИЧНОСТИ

Выпускная квалификационная работа  
Специальность 44.02.02 Преподавание в начальных классах  
Форма обучения очная

Работа рекомендована к защите  
« 22 » *мая* 2023 г.  
Заместитель директора по УР  
*Д. Расцектаева* Расцектаева Д.О.

Выполнил(а):  
студентка группы ОФ-418-165-4-1  
Вахтомина Светлана Сергеевна  
Научный руководитель:  
преподаватель колледжа  
Сартакова Ольга Валерьевна

Челябинск  
2023

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ .....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКА К ОБУЧЕНИЮ В ШКОЛЕ .....	8
1.1 Понятие «адаптация» как психолого-педагогический феномен .....	8
1.2 Личностные особенности младших школьников, влияющие на процесс адаптации к обучению в школе .....	13
1.3 Особенности повышения уровня адаптации детей младшего школьного возраста к обучению в школе с учетом его особенностей личности.....	22
Выводы по первой главе.....	25
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ.....	27
2.1 Цель и задачи экспериментальной работы по исследованию адаптации младших школьников .....	27
2.2 Содержание экспериментальной работы по повышению уровня адаптации младших школьников к обучению в школе.....	34
2.3 Анализ результатов исследования.....	41
Выводы по второй главе.....	44
ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	46
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК.....	49
ПРИЛОЖЕНИЕ.....	54

## ВВЕДЕНИЕ

Начало младшего школьного возраста определяется таким важным обстоятельством в жизни ребенка, как поступление в школу. Обучению в школе является особым этапом в его развитии. Одной из основных задач перед современной школой является повышение уровня познавательной самостоятельности обучающихся. Очень важен этот вопрос на начальных ступенях образования, именно здесь начинают формироваться познавательные способности личности, присваивается учебная деятельность. Формирование основ умения учиться и способности к организации своей деятельности включает умение принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности, планировать свою деятельность, осуществлять ее контроль и оценку, взаимодействовать с педагогом и сверстниками в учебном процессе, успешно адаптироваться к новым условиям.

Высокий уровень адаптации первоклассников, по мнению ряда авторов, предполагает наличие успешной учебной деятельности, которая является ведущей для обучающихся младшего школьного возраста, так как представляет собой сложную систему мероприятий, направленных на овладение новыми формами деятельности, поведения, общения, и связана с изменением социального статуса младшего школьника.

Основная идея повышения уровня адаптации младших школьников в процессе обучения в начальной школе – создание воспитательной системы на принципах взаимной ответственности, взаимопомощи, взаимной заинтересованности учителей в достижении успехов обучающихся начальной школы по различным предметам. Совместная педагогическая деятельность должна строиться на доверии, понимании и сотрудничестве, уважении друг друга и нацелена прежде всего на решение общей задачи реализации психологических и социальных функций личности ребенка.

Проблемой повышения уровня адаптации к обучению в школе занимались и занимаются ученые, педагоги, психологи, физиологи, медики. Среди них Ш.А. Амонашвили, М.М. Безруких, С.А. Беличева, Л.С. Выготский, И.А. Коробейников, Н.Г. Лусканова, Р.В. Овчарова [17].

Реализация технологии педагогической поддержки процесса адаптации младших школьников в системе обучения предусматривает дифференцированность программного материала: характера и объема нагрузки, средств педагогического воздействия и контроля в зависимости от возрастных и индивидуальных особенностей, уровня подготовленности детей класса.

Согласно Федеральному государственному образовательному стандарту начального общего образования (далее ФГОС НОО) нового поколения в организации процесса повышения уровня адаптации младших школьников могут быть использованы следующие подходы: деятельностный, предполагающий включение обучающихся в различные виды деятельности; системный, реализуемый через связь внеурочной деятельности с учебной; личностно-ориентированный, направленный на поддержку детской индивидуальности, развитие индивидуально-личностных способностей обучающихся, интегрированный, основанный на взаимосвязи и взаимодействии различных видов искусства, региональный, позволяющий совершенствовать содержание образовательного процесса на основе этнокультурных особенностей региона. Важно ориентироваться на индивидуальные особенности школьника и перейти от методики «уравнивания» всех детей в классе к методике раскрытия «Я-концепции» каждого ребенка.

Процесс повышения уровня адаптации первоклассников, в условиях ФГОС НОО, должен быть переориентирован и учитывать важные составляющие:

- физическая адаптация – оценивается по таким параметрам, как ежедневное самочувствие, уровень работоспособности, сон, аппетит, наличие заболеваний, обострение хронических болезней.

- 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.

Таким образом, адаптационный процесс охватывает все стороны жизни ребенка, которые подвергаются серьезным изменениям при поступлении в школу. Поэтому, в первую очередь, необходимо учитывать особенности личности первоклассника с целью повышения его уровня адаптации.

Актуальность исследования обуславливает выбор темы «Повышение уровня адаптации младших школьников с учетом особенностей личности».

Цель исследования: на основе теоретического анализа и полученных данных разработать программу по повышению уровня адаптации первоклассников к обучению в школе и экспериментально проверить ее эффективность.

Объект исследования: процесс адаптации детей младшего школьного возраста к обучению в школе.

Предмет исследования: педагогические условия, обеспечивающие повышение уровня адаптации младшего школьника с учетом его особенностей личности.

В соответствии с целью, объектом и предметом определены задачи исследования:

1. Провести теоретический анализ проблемы адаптации первоклассников к обучению в школе.
2. Выявить личностные особенности младших школьников, влияющих на процесс адаптации к обучению в школе.

3. Рассмотреть условия, способствующие повышению уровня адаптации первоклассников.

4. Провести констатирующий эксперимент

5. Разработать и реализовать перспективный план по повышению уровня адаптации первоклассников к обучению в школе с учетом личностных особенностей.

4. Экспериментально проверить эффективность мероприятий по повышению уровня адаптации первоклассников к обучению.

Гипотеза исследования: процесс адаптации к обучению в школе будет проходить успешно, если своевременно провести исследование личностных особенностей первоклассников и включить в образовательный процесс мероприятия, направленные на повышение уровня адаптации первоклассников к обучению в школе с учетом особенностей личности.

Высокий уровень процесса адаптации будет обеспечен при соблюдении следующих основных условий:

- осуществление индивидуального подхода в обучении с целью формирования положительного отношения к школе в процессе адаптации;
- создание системы активного взаимодействия учителя, педагога дошкольного образования, родителей рассматривается как один из путей профилактики дезадаптации ребенка в период вхождения в школьную жизнь.

Для решения поставленных задач использовались следующие методы исследования:

- теоретические (анализ, обобщение литературы);
- эмпирические (констатирующий и формирующий эксперимент, тестирование).

Методы исследования:

1. Методика «Лесенка» (авторы Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн, адаптация В.Г. Щур).

2. Анкета «Оценка уровня школьной мотивации» М. Р. Гинзбурга.

3. Методика «Беседа о школе» Т. А. Нежной.

Экспериментальная база исследования: Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 25 г. Челябинска». В исследовании приняли участие обучающиеся первого класса в количестве 27 человек.

Практическое значение работы определяется тем, что позволяет педагогам начального образования пополнить свой методологический арсенал, расширить свои познания в вопросе адаптации к школе детей младшего школьного возраста.

# ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКА К ОБУЧЕНИЮ В ШКОЛЕ

## 1.1 Понятие «адаптация» как психолого-педагогический феномен

Термин «адаптация», был впервые введен Г. Аубертом и означал изменение чувствительности анализаторов под влиянием приспособления органов к действующим раздражителям. В дальнейшем употребление этого термина встречается в более широком смысле как жизнь любого организма – это, прежде всего непрерывная адаптация к условиям столь же непрерывно меняющейся среды.

Выделяют различные виды адаптации. Так при изучении биологической адаптации, в центре внимания находятся изменения в обмене веществ и функциях органов соответственно жизненному значению раздражителей. Физиологическая адаптация касается перестройки соответствующих систем организма.

Психологическая адаптация раскрывается как приспособление к условиям и задачам на уровне психических процессов.

Социальная адаптация – это постоянный процесс интеграции индивида в общество, процесс приспособления индивида к условиям среды социальной, а также результат этого процесса. Соотношение этих компонентов, определяющее характер поведения, зависит от целей и ценностных ориентаций индивида и от возможностей их достижения в социальной среде. Несмотря на непрерывный характер социальной адаптации, её обычно связывают с периодами кардинальных изменений деятельности индивида и его социального окружения включает социально-психологический аспект, так как социальная среда, с точки зрения структуры, подразделяется на предметную и личностную.

Социальная адаптация является непременным условием и результатом успешной социализации ребенка, которая, как известно,



происходит в трех основных сферах: деятельности, общения и сознания. В сфере деятельности у ребенка происходит расширение видов деятельности, ориентация в каждом виде, ее осмысление и освоение, овладение соответствующими формами и средствами деятельности. В сфере общения происходит расширение круга общения, наполнение и углубление его содержания, усвоение норм и правил поведения, принятых в обществе, овладение различными его формами, приемлемыми в социальном окружении ребенка и в обществе в целом. В сфере сознания – формирование образа «собственного Я» как активного субъекта деятельности, осмысление своей социальной принадлежности и социальной роли, формирование самооценки.

Изучение физиологических механизмов социально-психологической адаптации связано с именами отечественных учёных Н.Е. Введенского, И.В. Давыдовского, И.П. Павлова, Л.М. Сеченова, А.А. Ухтомского и других. Положение о единстве организма и среды, выдвинутое И.М. Сеченовым, является основным в понимании этими учёными феномена адаптации. Взаимодействие организма и среды является, по Сеченову, необходимым условием возникновения и развития адаптации. В его работах обосновывается с естественнонаучных позиции теория отражения и связь отражения с адаптацией. Н.Б. Введенский раскрыл специфику процессов адаптации, осуществляемых с участием коры головного мозга [18, 41]

Понимание А.А. Ухтомским организма как целостности, его активности во взаимоотношении со средой в процессе адаптации дало толчок к решению вопроса о поведенческих механизмах адаптации организмов. Теория Ухтомского представляет собой развитие идей дарвинизма о целесообразности организма, раскрытие физиологических механизмов адаптации организмов к окружающей среде.

И.П. Павлов развил понятие о рефлексе в стройное учение о приспособлении животных и человека на основе безусловных и условных рефлексов, завершив его теорией второй сигнальной системы как одного из механизмов социальной адаптации.

Методологической основой изучения социально-психологической адаптации в отечественной науке является культурно-историческая теория Л.С. Выготского. «Врастание нормального ребёнка в цивилизацию, отмечает учёный, представляет обычно единый сплав с процессами его органического созревания. Оба плана развития естественный и культурный совпадают и сливаются один с другим» [16].

В процессе исторического развития человечества, а соответственно и в онтогенетическом развитии каждого отдельного человека, возникают и формируются культурные формы поведения. Своеобразная природа приспособления человека к природе, отмечает Л.С. Выготский, коренным образом отличающая его от животных, лежащая в основе своей исторической жизни человечества, невозможна без новых форм поведения, не может не вызвать к жизни принципиально иную, качественно отличную, иначе организованную систему поведения. Эта новая система поведения формируется при наличии определённой биологической зрелости, однако без изменения биологического типа человека. В отличие от этого все высшие функции (словесное мышление, логическая память, образование понятий, произвольное внимание, воля и прочее) в процессе исторического развития человечества подвергаются глубокому и всестороннему изменению. «В процессе исторического развития общественный человек изменяет способы и приёмы своего поведения специфически культурные. При совершенно изменившемся типе приспособления, имея в виду историческое развитие людей, у человека на первый план выступает развитие его искусственных органов – орудий, а не изменение органов и строения тела». В полном соответствии с этим и

развитие психических функций необходимо включает в себя создание особых внешних средств, являющихся как бы психологическими орудиями, позволяющими добиваться значительно более высоких результатов и качественно перестраивающими первоначальные, элементарные психические функции. Создание и употребление искусственных стимулов (язык, письмо, алгебраическая символика) в качестве вспомогательных средств для овладения собственными реакциями и являются основой той или иной формы определяемости поведения, которая отличает высшее поведение от элементарного [18].

Также проблема социально-психологической адаптации рассматривается с помощью категории предметной деятельности и понятия «присвоение», под которым понимается овладение личностью общественно выработанными способами ориентации в предметном мире и средствами его преобразования. Решающее значение при этом, как отмечает А.Н. Леонтьев, приобретает тот факт, что мир социальных объектов не дан индивиду непосредственно, но каждый раз стоит перед ним как задача, только осуществляя по отношению к нему практическую (в том числе и познавательную) деятельность, адекватную (но не тождественную) воплощённой в них человеческой деятельности. Индивид делает это достоянием психики. Основное различие между процессами приспособления и процессами присвоения, овладения состоит в том, отмечает А.Н. Леонтьев, что процесс биологического приспособления есть процесс изменения видовых свойств, способностей организма и его видового поведения. Это процесс, в результате которого происходит воспроизведение индивидуумом исторически сформировавшихся человеческих способностей и функций. Человек не просто приспособливается к окружающей его природе, но и производит средства для своего существования. Благодаря этому, в отличие от животных, человек своей деятельностью опосредует, регулирует и контролирует этот

процесс. При этом средства, способности и умения, необходимые для осуществления деятельности, опосредующей его связь с природой, он находит в обществе, в том мире, который преобразован общественно-историческим процессом. Чтобы сделать их своими средствами, своими способностями, своими умениями, он должен вступить в отношения к людям и к предметной человеческой деятельности [36].

Категория адаптации – как «приспособления» предполагает активность человеческой деятельности, направленной на то, чтобы удовлетворить требования внешней и внутренней среды индивида.

С.Л. Рубинштейн развивает тезис о единстве сознания и деятельности, «Деятельность и сознание, не два в разные стороны обращённых аспекта. Они образуют органическое целое не тождество, но единство. Самый факт осознания деятельности уже, так или иначе, меняет её; она по-иному в этих случаях регулируется, а с другой стороны, сама осознанность или неосознанность того или иного действия зависит от отношений, которые складываются в ходе самой деятельности». С.Л. Рубинштейн подчёркивает взаимосвязь этих двух категорий: деятельность человека обуславливает регуляцию деятельности, являясь условием её адекватного выполнения [44].

С.Л. Рубинштейн выделяет специальную функцию: специфическую активность психического по отношению к деятельности, функцию регуляции, осуществляемую в единстве с функцией отражения действительности. Поскольку отражение включает в свою структуру не только познавательный, но и аффективный компоненты, то психическая регуляция деятельности протекает на основе не только знания, но и значения отражаемого объекта для субъекта как эффекта отнесенности к его потребностям и интересам. «Каждое самое простое человеческое действие является...психологическим актом, более или менее насыщенным переживанием, выражающим отношение действующего к другим людям, к

окружающим». Активность психического рассматривается, таким образом, одновременно со спецификой его как субъективного, причём субъективность рассматривается в качестве внутренних условий жизни и деятельности реального существа [44].

Разработка указанных положений применительно к различным условиям психического нашла отражение в категориях «переживание» (Л.С. Выготский), «личностный смысл» (А.Н. Леонтьев), «отношения человека» (В.Н. Мясищев), «установка» (Д.Н. Узнадзе). Название категории и связанные с ними концепции указывают на ту интегративную работу, которую выполняет психическое в процессе избирательного превращения всеобщих форм и условий жизнедеятельности в формы субъективного значения и последовательной регуляции на их основе деятельности личности.

Адаптация – это процесс, в ходе которого устанавливается или поддерживается функционирование системы (то есть поддержание её основных параметров) при изменении условий внешней и внутренней среды.

Школьная адаптация – приспособление обучающегося к первичному учебному коллективу (классу), нормам поведения и взаимоотношений в новом коллективе.

Таким образом, адаптацией называется процесс эффективного взаимодействия организма со средой. Этот процесс может протекать на различных уровнях (биологическом, психологическом, социальном).

## 1.2 Личностные особенности младших школьников, влияющие на процесс адаптации к обучению в школе

В современной отечественной возрастной психологии под младшим школьным возрастом принято считать период детства с 6-7 до 10-11 лет. Эта возрастная рамка во многом определяется социальными изменениями,

существующими в современной системе образования, поступлением ребенка в школу и переходом из начальной в среднюю школу.

Границы возраста и его психологические характеристики определяются принятой на данный временной отрезок системой образования, теорией психического развития, психологической возрастной периодизацией.

Начало школьного обучения означает переход от игровой деятельности к учебной как ведущей деятельности младшего школьного возраста, в которой формируются основные психические новообразования. Поэтому, поступление в школу вносит важнейшие изменения в жизнь будущего первоклассника.

Младший школьный возраст является наиболее ответственным этапом школьного детства. Высокая сензитивность этого возрастного периода определяет большие потенциальные возможности разностороннего развития ребенка.

В детской и педагогической психологии одно из центральных мест занимает проблема личностных особенностей младших школьников. Их знание и учет позволяют правильно выстроить учебно-воспитательную работу в классах. Поэтому учитель должен знать эти особенности и учитывать их в работе с детьми начальных классов.

К важнейшим личностным характеристикам младшего школьника относятся: доверчивое подчинение авторитету, внимательность, повышенная восприимчивость. В поведении младших школьников проявляется послушание, податливость, внушаемость и подражательность.

С поступлением в первый класс, ребенок приобретает новый социальный статус – ученик, а значит, учебная деятельность становится значительной частью жизни, которая формирует основу его личности.

Процесс обучения младших школьников неразрывно связан с развитием интеллектуальной сферы. Мышление становится центром

сознательной деятельности школьника. Мышление начинает влиять на все остальные функции сознания.

В учебной деятельности важная роль отводится воображению. В процессе обучения учитель часто побуждает учеников к использованию воображения, за счет чего оно становится более гибким. Воображение помогает не только предвосхищать последовательность и результат действий, но и является основным компонентом творческой деятельности. Младший школьный возраст квалифицируется как наиболее благоприятный, сензитивный для развития творческого воображения, фантазии. Игры, разговоры детей отражают силу их воображения, буйство фантазии. Развивается творческое воображение как создание новых образов, связанное с преобразованием, переработкой впечатлений прошлого опыта.

В воспитании гармоничной личности младшего школьника особое место отводится художественно-творческой деятельности. Одной из составляющей творческой деятельности детей младшего школьного возраста является восприятие.

При восприятии продукта художественного искусства, младшие школьники часто затрудняются выделить главные и второстепенные элементы. Дети вычлениют отдельные элементы художественного произведения, при этом не могут сложить их в единый образ. Младшие школьники способны к восприятию, но художественный анализ представляет для них определенную сложность. С развитием мышления и воображения, изменением личности, ребенок способен провести развернутый анализ при восприятии художественного произведения. Так же полнота анализа зависит и от накопленного художественного опыта за период обучения.

Творчество младших школьников претерпевает изменения в связи со сменой ведущей деятельности, однако сохраняет черты

непосредственности и эмоциональности в выражении своих мыслей и чувств. Начинает формироваться критическое отношение к своему творчеству. Ребенок видит в своих работах несовершенство и испытывает неудовлетворение, как от процесса творческой деятельности, так и от ее результата. Многие педагоги и психологи считают, что процесс поисковой деятельности младших школьников – это творческая деятельность, направленная на освоение окружающего мира, открытие детьми новых для них знаний. Творческая деятельность расширяет рамки изучаемого материала и формирует универсальные учебные действия.

Для успешного развития личности младшего школьника и его успешной адаптации, необходимо создать определенные условия, а именно, ввести его в настоящую творческую деятельность. Младшие школьники становятся критичны к оценке собственной творческой деятельности, и в этом возрасте формируется устойчивый интерес или не интерес к этой деятельности. Поэтому формирование мотивации учащихся, сохранение интереса к творчеству, развитие их творческого потенциала является неотъемлемой частью обучения. Младший школьный возраст – основополагающий период заметного формирования личности и важнейший этап развития творческой активности.

Школьная адаптация является одной из сфер социальной адаптации. Адаптация первоклассника к школьной жизни – это многоплановый процесс, который включает в себя социализацию в группе сверстников, усвоению правил и норм школьной жизни, формированию внутренней позиции школьника.

Младший школьный возраст сензитивен для формирования мотивов учения, развития устойчивых познавательных потребностей и интересов. Данный возраст характеризуется становлением адекватной самооценки, развитием критичности по отношению к себе и окружающим, усвоением социальных норм и нравственным развитием.



А.Л. Венгер, Г.А. Цукерман, Д.Б. Эльконин в качестве критерия перехода в новый возраст называют развитие у детей произвольности поведения и процесс формирования «внутренней позиции школьника» [13].

Важным этапом в психологическом развитии детей младшего школьного возраста является кризис 7 лет.

Д.Б. Эльконин характеризует кризис семи лет как кризис саморегуляции. Младший школьник, переживающий кризис 7 лет, часто бывает капризен, имеет неустойчивое поведение и склонен к демонстративности. Именно в этом и заключается внешнее проявление данного кризиса. Характерными особенностями кризиса 7 лет являются утрата непосредственности, смена основных переживаний ребенка, перестройка потребностей, переоценка ценностей. Ребенок начинает по-другому относиться к себе, к окружающим и к той среде, в которой он находится [45].

Кроме того, появляется способность к обобщению собственных переживаний. Только теперь, ребенок, отдавая отчет в своих чувствах, может сказать, что ему нравится, а что нет, при этом не ориентируясь на предпочтения значимого взрослого. Главное психическое новообразование, к которому приводит кризис семи лет – это способность и потребность в социальном функционировании. Будущий первоклассник стремится получить определенную социальную позицию – позицию школьника.

Глубокие изменения, происходящие в психологическом облике младшего школьника, свидетельствуют о широких возможностях развития ребенка на данном возрастном этапе. В начале данного периода на качественно новом уровне реализуется потенциал развития ребенка как активного субъекта, познающего окружающий мир и самого себя, приобретающего собственный опыт действия в этом мире.

Следует также отметить, что психологическая адаптация ребенка – это глубокая перестройка мотивационной, интеллектуальной и эмоционально-волевой сфер. Можно утверждать, что составными компонентами психологической готовности ребенка к школе являются: мотивационная, интеллектуальная и эмоционально-волевая сферы.

Проблема мотивационной готовности к школьному обучению является составной частью психологической готовности. Многие авторы такие как Л.И. Божович, Н.И. Гуткина, В.Д. Шадриков и другие подчеркивают значимость именно мотивационного компонента в структуре психологической готовности к обучению. Мотивы, являясь структурно начальным звеном деятельности, обнаруживают свое влияние на всех этапах и во всех структурных единицах учебной деятельности. От характера мотивов зависит выбор средств достижения результатов деятельности и характер действий. С мотивами связаны и операции контроля и оценки полученного результата деятельности [42].

При поступлении в школу первоклассники начинают более осознанно контролировать свои поступки и поведение. Возникает разветвленная система мотивов деятельности. Обучающийся сознательно формулирует для себя цель какого-либо занятия, мотивируя его при этом. В связи с включением его в активные социальные отношения, в связи с тем, что он становится субъектом деятельности, происходит формирование мотива достижения успеха, который необходим для успешной психологической адаптации. В младшем школьном возрасте дети также начинают четко осознавать свои возможности и способности. В основе мотивации, связанной с содержанием и процессом учения, лежит так называемая познавательная потребность. Познавательная потребность рождается из более ранней детской потребности во внешних впечатлениях и потребности в активности, имеющих у ребенка с первых дней жизни.

Нередко развитые способности у младшего школьника к учебной деятельности связаны именно с развитием мотивационной сферы.

Таким образом, смысл учебной деятельности определяется ее мотивами. Мотивационно готовым к школьному обучению является обучающийся, которого обучение привлекает не внешней стороной и атрибутами школьной жизни, а возможностью получать новые знания, что предполагает развитие познавательных интересов. Будущему школьнику необходимо произвольно управлять своим поведением, познавательной деятельностью, что становится возможным при сформированной иерархической системе мотивов.

Таким образом, каждый будущий первоклассник должен обладать развитой учебной мотивацией. Интеллектуальная готовность к обучению в школе предполагает наличие у ребенка кругозора, запаса конкретных знаний. Ребенок 6-7 лет уже должен владеть планомерным и расчлененным восприятием, элементами теоретического отношения к изучаемому материалу, обобщенными формами мышления и основными логическими операциями, смысловым запоминанием. Интеллектуальная готовность к школе так же предполагает формирование у ребенка начальных умений в области учебной деятельности, в частности, умения выделить поставленную задачу и превратить ее в самостоятельную цель деятельности. Интеллектуальная готовность к школьному обучению связана и с развитием таких мыслительных процессов как способностью обобщать, сравнивать объекты, классифицировать их, выделять существенные признаки. Кроме того, в процессе учебной деятельности младшему школьнику предстоит устанавливать причинно-следственные связи между предметами и явлениями, разрешать найденные противоречия, что играет важную роль в психологической адаптации первоклассника.

При переходе к обучению ребенок оказывается перед необходимостью преодоления возникающих трудностей и подчинения своих действий поставленной цели, он начинает сознательно контролировать себя, управлять своими внутренними и внешними действиями, своими познавательными процессами и поведением в целом. К началу обучения в школе уже возникает воля.

Эмоционально-волевая сфера ребенка также является основополагающим критерием для успешного обучения в школе, социализации и интеграции его в общество. Готовность эмоционально-волевой сферы способствует желанию учиться, минимизирует дезадаптацию будущего первоклассника к школе, а также способствует опережению трудностей, связанных с учебной деятельностью.

Формирование эмоционально-волевой сферы тесно сопряжено с развитием мотивационной и интеллектуальной сфер, которые в свою очередь являются основными показателями психологической готовности к школе и влияют на успешную адаптацию к обучению. К началу младшего школьного возраста ребенок оказывается перед необходимостью преодоления возникающих трудностей и подчинения своих действий поставленной цели. Это приводит к тому, что он начинает сознательно контролировать себя, управлять своими внутренними и внешними действиями, своими познавательными процессами и поведением в целом.

Недостаточное развитие эмоционально-волевой сферы затрудняет обучение ребенка в школе, вызывает ряд трудностей в его обучении, а также влияет на общение со сверстниками.

Эмоции в значительной степени определяют эффективность обучения в узком смысле слова (как усвоения знаний), а также принимают участие в становлении любой творческой деятельности ребенка, в развитии его мышления.

Появление определенной волевой направленности, выдвижение на первый план группы мотивов, которые становятся для ребенка наиболее важными, ведет к тому, что, руководствуясь в своем поведении этими мотивами, ребенок сознательно добивается поставленной цели, не поддаваясь отвлекающему влиянию.

На протяжении адаптационного периода усложняется характер волевой сферы личности и изменяется ее удельный вес в общей структуре поведения, что проявляется главным образом, в возрастающем стремлении к преодолению трудностей. Развитие воли в этом возрасте тесно связано с изменением мотивов поведения, соподчинения им. Исследования показывают, что первоклассник способен к длительным волевым усилиям. К 6-7 годам уже оформляются основные элементы волевого действия: ребенок способен поставить цель, принять решение, наметить план действий, исполнить его, проявить определенное усилие в случае преодоления препятствия, оценить результат своих действий [21].

Внутреннее эмоционально-волевое отношение ребенка к окружающей действительности как бы вырастает из его практических взаимодействий с этой действительностью и что его воля и новые эмоции возникают и развиваются в процессе его чувственно - предметной деятельности. Эмоции выражают особую значимость для ребенка объектов и ситуаций сточки зрения его потребностей и мотивов. Эмоционально - волевая сфера ребенка – это та составляющая с помощью, которой и через которую мотивы становятся актуальными и нередко осознаются первоклассником.

Психологическая готовность к школьному обучению определяется прежде всего для выявления детей, не готовых к школьному обучению, с целью проведения с ними развивающей работы, направленной на профилактику школьной неуспеваемости и дезадаптации. Задача взрослого

сначала пробудить у ребенка желание научиться чему-то новому, а уже затем начинать работу по развитию высших психологических функций.

Таким образом, что адаптация школьников влияет на весь процесс обучения. Адаптация школьника, готовность к обучению состоят из мотивационной, интеллектуальной и эмоционально - волевой сфер. Именно в младшем школьном возрасте происходит формирование мотивов учения, развития устойчивых познавательных потребностей и интересов.

### 1.3 Особенности повышения уровня адаптации детей младшего школьного возраста к обучению в школе с учетом особенностей личности

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

Это становление, вхождение в школьную жизнь, происходит на протяжении начальной школы, и сочетание черт дошкольного детства с особенностями школьника будет характеризовать весь период младшего школьного возраста.

Адаптация к обучению в школе – перестройка познавательной, мотивационной и эмоционально-волевой сфер ребенка при переходе к систематическому организованному школьному обучению.

При поступлении в школу изменяются условия жизни и деятельности, ведущей становится учебная деятельность.

Обучающиеся первого класса, имеющие достаточный опыт общения, с развитой речью, сформированными познавательными мотивами и умением произвольно-волевой регуляции поведения, легко адаптируются к школьным условиям.

В первые учебные недели закладывается основа для развития в будущем успеваемости, поэтому многие исследователи большое значение придают вопросам школьной готовности, а также адаптации

первоклассника к новым условиям систематического обучения в коллективе сверстников.

Поступление в школу вносит большие перемены в жизнь младшего школьника. Период адаптации к школе является сложным для первоклассников, порой этот процесс сильно затягивается. Это связано с болезнью детей, причем болезни носят психосоматический характер, эти дети составляют группу риска с точки зрения возникновения школьного невроза. Некоторые первоклассники к середине дня оказываются уже переутомленными, так как школа для них является стрессогенным фактором.

Создание благоприятных условий адаптации ребенка к школе с учетом особенностей ее проявления является важнейшим фактором обеспечения преемственности в его развитии. От того, как протекает процесс адаптации, во многом зависит психофизическое состояние будущего ученика. Сроки адаптации первоклассников могут быть различными. В зависимости от различных факторов уровень адаптации детей к новым условиям может быть разным: высоким, нормальным и низким. Наиболее напряженными для являются первые четыре недели обучения. Это период так называемой «острой» адаптации. В это время не следует повышать нагрузку, темп работы.

Одной из главных причин многие исследователи называют несоответствие функциональных возможностей детей требованиям, предъявляемым существующей системой обучения, иначе говоря, отсутствие «школьной зрелости».

В числе других причин можно назвать недостаточный уровень интеллектуального развития ребенка, его социальную незрелость, неумение общаться с окружающими.

Главная роль в создании благоприятного психологического климата в классе принадлежит педагогу. Ему необходимо постоянно работать над

повышением уровня учебной мотивации, создавая ребенку ситуации успеха на уроке, во время перемены, во внеурочной деятельности, в общении с одноклассниками.

Для достижения эффективности в обучении первоклассников необходимо формировать положительное, эмоциональное отношение к учебным занятиям. Организацию образовательного процесса следует осуществлять, используя методы дошкольного воспитания, с частичным применением школьных методов. Необходимо соблюдать преемственность дошкольных и школьных методов работы при формировании коллектива детей первых классов и организации их межличностного общения, организовывать деятельность младших школьников, так положительно складывается на психологической адаптации детей к новым условиям, формировать способность к ролевому и личностному общению.

Необходимо учитывать индивидуальные возрастные особенности, которые проявляются в уровне обучаемости в темпе усвоения знаний, отношений к интеллектуальной деятельности, в противном случае они могут привести к дезадаптации.

Цель педагогической деятельности – создание условий, позволяющих первокласснику успешно функционировать и развиваться в педагогической среде.

Для этого необходимо выявить особенности статуса каждого школьника с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих у них в обучении. Создать условия для поддержки всех первоклассников в период их первичной школьной адаптации, позволяющей им не только приспособиться к школьным требованиям, но и всесторонне развиваться и совершенствоваться в различных сферах общения и деятельности.

Таким образом, чтобы повысить уровень адаптации младшего школьника к обучению в школе, совершенствовать интеллектуальные,



личностные, физические ресурсы для успешного обучения и полноценного развития, необходимо учитывать особенности личности каждого ребенка, организовывать образовательный процесс с учетом его индивидуальных особенностей, возможностей и потребностей.

Помогать первокласснику сформировать навыки и внутренние психологические механизмы, необходимые для успешного обучения и общения в школьной среде.

Процесс адаптации первоклассников к обучению в школе осуществляется работой психолога, социального педагога, классного руководителя, а также ведется консультативная работа с семьей в рамках родительских собраний.

#### Выводы по первой главе

Начало обучения в школе – один из наиболее сложных и ответственных моментов в жизни детей, как в психологическом, так и в физическом плане. Поступив в школу, ребенок становится школьником далеко не сразу. Этот момент является новым возрастным периодом в жизни ребенка, ведущей деятельностью которого становится учебная деятельность.

На основе этой деятельности развиваются психологические новообразования: в центр сознания выдвигается мышление, происходит переход к стадии формальных операций, развивается память. В этот период восприятие становится более анализирующим, принимает характер организованного обучения, эмоциональное состояние начинает влиять на отношения с товарищами. Младший школьник становится импульсивным, появляется склонность незамедлительно действовать, общая недостаточность воли.

К окончанию начальной школы у ребенка формируется трудолюбие, прилежание, дисциплинированность, аккуратность, изменяется отношение

к учебной деятельности, формируется интерес к результатам своего труда, произвольность.

Приступая к какой – либо деятельности, человек адаптируется к новым условиям, постепенно привыкает к ним. В этом ему помогает накопленный опыт, который с возрастом расширяется и обогащается.

Совместные усилия учителей, педагогов, родителей, школьного психолога и социального педагога способны снизить риск возникновения у младшего школьника дезадаптации и трудностей обучения.

Создание и развитие общего положительного эмоционального фона отношений в новом социальном пространстве, где сотрудничество учителя и родителей обеспечивает снижение уровня тревожности у всех действующих в нем субъектов. Это позволяет сделать период адаптации первоклассников недолгим, а результаты его – высоким.

Таким образом, для того чтобы период адаптации к школе у будущего первоклассника проходил относительно легко и был успешным, важно, чтобы взаимоотношения в семье были хорошими, отсутствовали конфликтные ситуации и к тому же у самого младшего школьника должен быть благоприятный статус в группе сверстников.

Итак, как ребенок будет учиться, станет ли радостным и счастливым этот период в жизни семьи или вскроет ранее невидимые трудности, все это зависит от подготовленности ребенка, семьи и работы учителя.

## ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ

2.1 Цель и задачи экспериментальной работы по исследованию адаптации младших школьников

Целью опытно-экспериментального исследования было изучить личностные особенности младших школьников в процессе адаптации к обучению в школе.

Задачи исследования:

1. Подобрать комплекс психодиагностических методик для проведения опытно-экспериментальной работы;
2. Провести первичное диагностическое обследование обучающихся с целью выявления уровня адаптации.
3. Разработать и реализовать перспективный план мероприятий, направленный на повышение уровня адаптации первоклассников к обучению в школе с учетом особенностей личности.
4. Провести повторную диагностику, сравнить результаты.

Экспериментальная работа была организована в три этапа: констатирующий, формирующий, контрольный.

На констатирующем этапе эксперимента (сентябрь-октябрь 2022 года) была организована работа по исследованию личностных особенностей первоклассников по критериям (особенности представления о себе, школьной мотивации, особенностям эмоционального состояния).

На формирующем этапе (февраль-март 2023 года) был разработан и реализован перспективный план по повышению уровня адаптации к обучению в школе с учетом личностных особенностей первоклассников.

На контрольном этапе (апрель-май 2023 года) проведена оценка эффективности реализации программы посредством повторного исследования личностных особенностей первоклассников.

Исследовательская работа осуществлялась на базе Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 25 города Челябинска». В исследовании принимали участие обучающиеся в возрасте 7-8 лет. Количество исследуемых составило 27 человек.

Изучение личностных особенностей первоклассников в процессе адаптации к обучению школе проводилось в соответствии с критериями и показателями, представленными в таблице 1.

Таблица 1 – Критерии и показатели личностных особенностей

Критерии	Показатели		
	Высокий	Средний	Низкий
1	2	3	4
Особенности представлений о себе	Переоценка своих возможностей, ориентированность только на успех, игнорирование неудач.	Достаточно критическое отношение к себе, самооценка зависит от мнения окружающих.	Комплекс неполноценности, неуверенность в себе, робость, пассивность.
Школьная мотивация	Успешно справляется с учебной деятельностью.	Посещает школу неохотно, предпочитает пропускать занятия.	Не справляется с учебной деятельностью.
Особенности эмоционального состояния	Положительное	Нейтральное	Отрицательное

Для выявления системы представлений испытуемого о том, как он оценивает себя сам, как, по его мнению, его оценивают другие люди и как соотносятся эти представления между собой была использована методика «Лесенка» (автор В.Г. Щур). Содержание методики «Лесенка» представлено в разделе «Приложения» (приложение 1).

Результаты изучения уровня самооценки младших школьников на констатирующем этапе исследования по методике «Лесенка» представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Результаты исследования самооценки младших школьников по методике «Лесенка» (автор В. Г. Щур)

Уровень	Адекватная самооценка	Завышенная самооценка	Заниженная самооценка
Результат (%)	63	33	4

На рисунке 1 представлено процентное распределение уровня самооценки младших школьников.

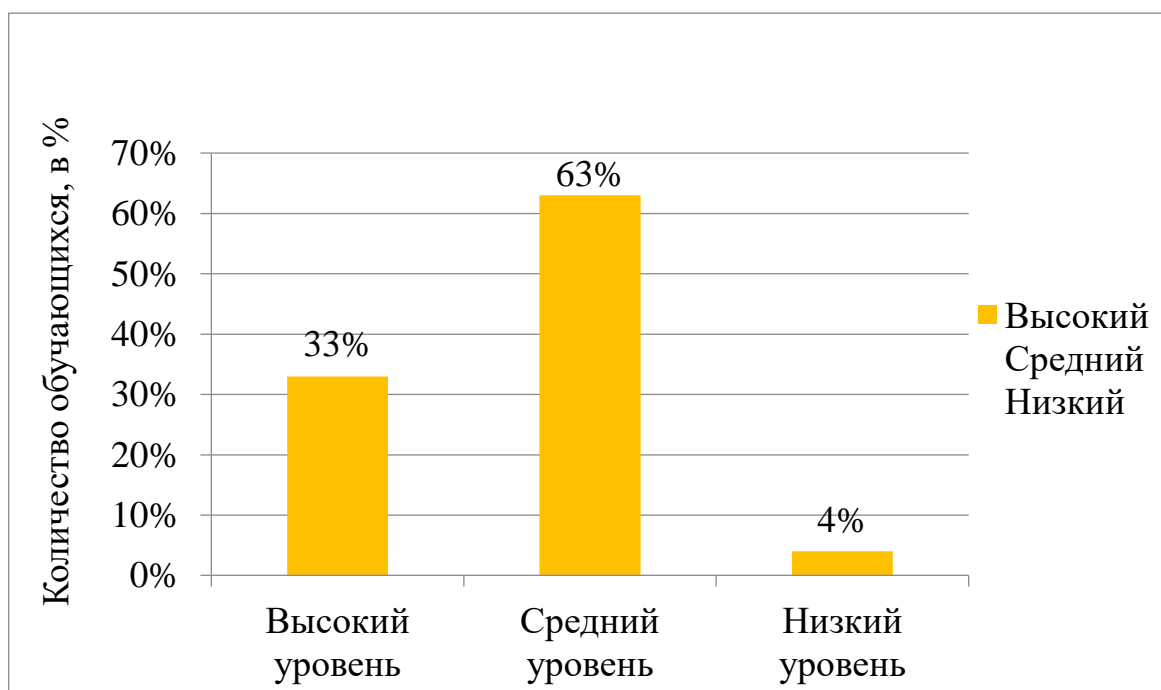


Рисунок 1 – Результаты изучения уровня самооценки младших школьников на констатирующем этапе исследования по методике «Лесенка» В.Г. Щур

Анализ данных показал, что 63% (17 человек) детей имеют адекватную самооценку. Такой показатель характеризуется объективной оценкой ребенка своих способностей, качеств и возможностей. У 33% опрошенных (9 человек) была выявлена завышенная самооценка, показателем которой является искажённое представление ребенка о себе, характеризующееся безосновательным переоцениваем своих достоинств и

нежеланием признавать за собой какие-либо недостатки. Заниженная самооценка характерна для 4% (1 человек), что свидетельствует о чрезмерном внимании к собственным недостаткам.

По результатам диагностики по анкете для оценки уровня школьной мотивации М. Р. Гинзбурга, представленной в разделе «Приложения» (приложение 1). Полученные результаты приведены в таблице 3.

Таблица 3 – Результаты в по методике Анкета «Оценка уровня школьной мотивации» М. Р. Гинзбурга

Уровень	Высокий уровень	Хорошая школьная мотивация	Положительное отношение к школе	Низкая школьная мотивация	Негативное отношение к школе
Результат (%)	0	11	30	41	18

Большинство обучающихся, что составило 41% (11 человек) имеют низкую школьную мотивацию, на уроках они часто занимаются посторонними делами, играми, также находятся в состоянии неустойчивой адаптации к школе. Показатель положительного отношению к школе был выявлен у 30% (8 человек) первоклассников. Такие дети достаточно благополучно чувствуют себя в школе. Познавательные мотивы сформированы в меньшей степени и учебный процесс их мало привлекает. Хороший уровень школьной мотивации был отмечен у 11% (3 человека) опрошенных. Подобный уровень мотивации является средней нормой. Также у класса был выявлен показатель негативного отношения к школе, который отмечается у 18% (5 человек). Это свидетельствует о том, что обучающиеся испытывают трудности в обучении: они не справляются с учебной деятельностью, испытывают проблемы в общении с одноклассниками, во взаимоотношениях с учителем.

Результаты уровня мотивации к обучению в школе по методике Анкета «Оценка уровня школьной мотивации» М. Р. Гинзбурга представлены на рисунке 2.

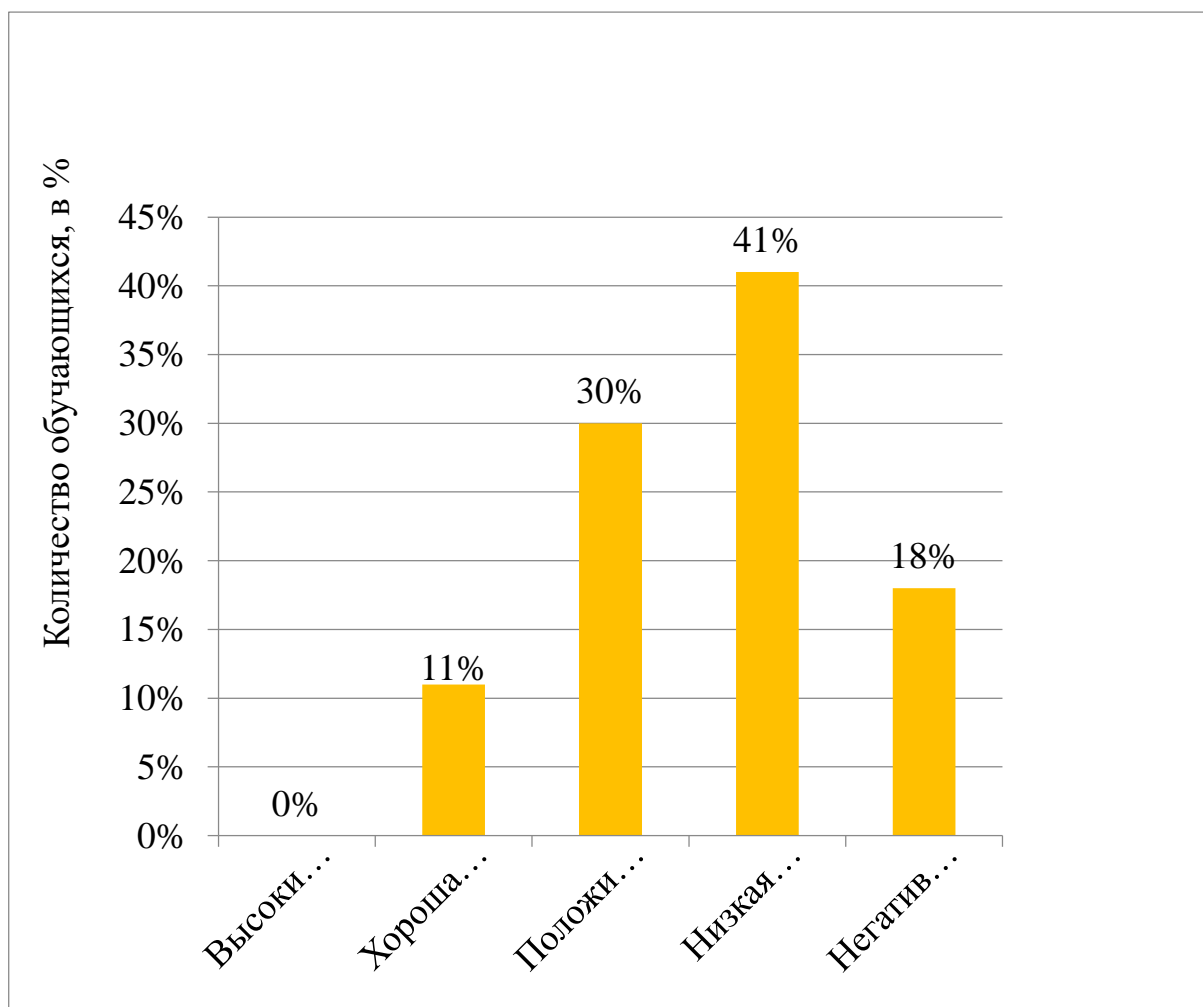


Рисунок 2 – Результаты уровня школьной по методике Анкета «Оценка уровня школьной мотивации» М. Р. Гинзбурга

Таким образом, первичный анализ уровня учебной мотивации младших школьников дал следующие результаты. В среднем у испытуемых наблюдается недостаточно развитый уровень мотивации к учебной деятельности. В исследуемом классе мотивация к учебной деятельности первоклассников находится на недостаточно развитом уровне.

Для выявления эмоционального состояния была использована методика «Беседа о школе» Т.А. Нежной. Цель методики – выявление сформированности внутренней позиции младшего школьника, его мотивации учения. Методика позволяет оценить универсальные учебные действия, которые направлены на определение своего отношения к

поступлению в школу. Методика Т.А. Нежной представлена в разделе «Приложения» (приложение 1).

Результаты изучения эмоционального состояния младших школьников по методике «Беседа о школе» Т.А. Нежной представлены в таблице 4.

Таблица 4 – Результаты изучения эмоционального состояния младших школьников по методике «Беседа о школе» Т.А. Нежной

Уровень	Незначительная тревожность	Эмоциональная напряженность	Состояние дезадаптации
Результат (%)	48	48	4

Результаты изучения эмоционального состояния по методике «Беседа о школе» Т.А. Нежной представлены в диаграмме на рисунке 3.

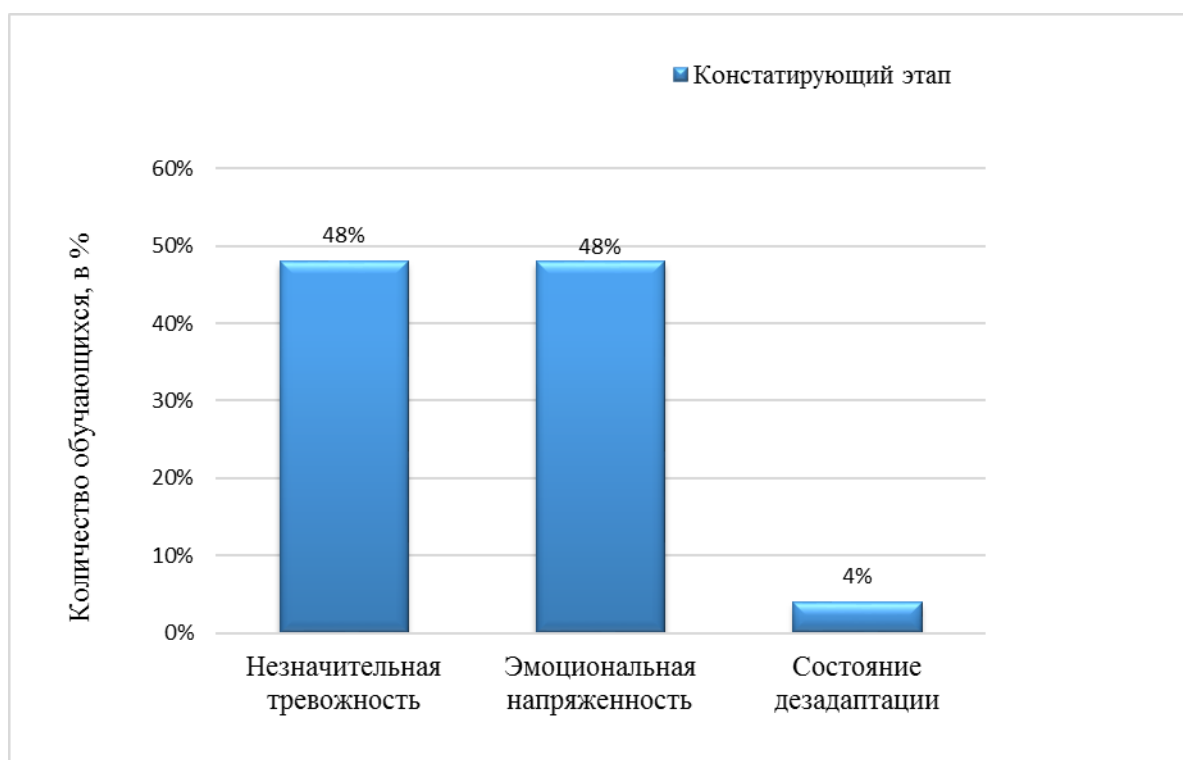


Рисунок 3 – Результаты изучения эмоционального состояния младших школьников по методике «Беседа о школе» Т.А. Нежной

По результатам методики видно, что у 48% (13 человек) была выявлена эмоциональная напряженность, а также переживания, которые, в свою очередь, характеризуются наличием осязаемого конфликта, а также



эмоциональными переживаниями, снижающих эмоциональный фон и мотивационную сферу личности. У 4% (1 человек) первоклассников обнаружено состояние дезадаптации. Это свидетельствует о нарушении взаимодействия младшего школьника с окружающей средой. Относительно показателя незначительной тревожности, то он отмечается у 48% младших школьников (13 человек). Такое эмоциональное состояние характеризуется как благоприятное и указывает на отсутствие внутреннего душевного конфликта.

В результате исследования по выбранным методикам были сформулированы следующие выводы:

- большинство обучающихся имеют низкий и средний уровень мотивации учения, проявляют слабый интерес к обучению;

- у испытуемых недостаточно сформировано умение подчинять свои действия некоторым правилам, которые предъявляет учитель, в связи с этим наблюдается незначительная тревожность у нескольких первоклассников (страх сделать что-то не так, как ожидает от него учитель).

- заниженная самооценка и связанная с ней тревожность снижают учебные достижения; неуверенность приводит к боязни проявлять инициативу.

Таким образом, анализ результатов исследования личностных особенностей первоклассников позволяет сделать вывод о необходимости организации целенаправленной работы по разработке и реализации перспективного плана по повышению уровня адаптации первоклассников к обучению в школе с учетом личностных особенностей.

## 2.2 Содержание экспериментальной работы по повышению уровня адаптации младших школьников к обучению в школе

Для повышения уровня адаптации младших школьников к обучению в школе нами была проанализирована программа Е. С. Колосовой, Ю. В. Хромовой, М. Р. Битяновой, в которых представлен опыт использования игровых практик в процессе социализации обучающихся в первом классе, а также на основе программы разработан и реализован перспективный план работы.

Методическое обеспечение программы под авторством Е. С. Колосовой, Ю. В. Хромовой, М. Р. Битяновой представлены в разделе «Приложения» (приложение 2).

Цель перспективного плана: разработка мероприятий по содействию благоприятной адаптации первоклассников к школьному обучению с учетом их личностных особенностей.

Задачи перспективного плана мероприятий:

1. Познакомить младших школьников с нормами школьной жизни, содействие принятию требований учителя и ритма учебной деятельности, овладению правилами поведения на уроке и перемене.

2. Создать условия по формированию положительного отношения к школе, стимулированию познавательной активности школьников, развитию мотивационной готовности к обучению в школе.

3. Развивать эмоционально-волевую сферу, содействовать формированию произвольности и саморегуляции поведения, проводить мероприятия по профилактике личностной тревожности.

4. Создать условия по развитию у первоклассников коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений со сверстниками и с учителем, формированию навыков сотрудничества.

5. Содействовать формированию адекватной самооценки младших школьников.

Дальнейшие действия по реализации формирующего эксперимента заключались в разработке и реализации занятий, направленных на успешную адаптацию первоклассников к обучению в школе.

Принципами построения занятия являются:

1. Безусловное принятие личности ребенка.
2. Выстраивание уважительных и доверительных отношений между детьми.

3. Взаимодействие с родителями и педагогами.

4. Обеспечение разных видов деятельности.

5. Использование здоровьесберегающих технологий на занятиях.

Также на занятиях были введены правила взаимодействия, с которыми младшие школьники были ознакомлены в самом начале:

1. Не оценивать слова и действий одноклассников.

2. Не перебивать друг друга.

3. Правило «Стоп»: необходимо поднять карточку, если хочешь выйти из игры.

Для поддержания интереса на занятиях, учитывая особенности младших школьников, нами были использованы информационные технологии, упражнения с использованием презентаций.

Исходя из того, что у младших школьников был выявлен достаточно высокий уровень тревожности, мы акцентировали внимание на оптимизации психологического состояния младших школьников.

В формирующем этапе исследования приняли участие 27 младших школьников экспериментальной группы. В таблице 5 представлено тематическое планирование программы адаптации младших школьников.

Таблица 5 – Тематическое планирование программы адаптации младших школьников к обучению в школе

№	Тема занятий	Задачи	Форма работы
1	2	3	4
1	Наш класс – наш дом	Формирование положительного взаимодействия между детьми, сплоченности, создание благоприятной психологической атмосферы	Игровой тренинг
2	Теплая школа	Создание ситуаций, способствующих социализации обучающихся	Настольная игра
3	Наше королевство	Формирование коммуникативных навыков, развитие навыков сотрудничества	Арт-терапевтическая игра
1	2	3	4
4	Россия	Знакомство с государственной символикой, гербом, флагом России	Игра-викторина
5	Осень	Формирование сплоченности, развитие познавательной активности	Подвижные игры, конкурсы
6	Дружба народов	Формирование толерантности, уважительного отношения друг к другу	Сказкотерапия
7	Эмоции	Формирование навыков саморегуляции, развитие эмоционального интеллекта: умения понимать собственные эмоции и эмоции других людей	Игры с метафорическими ассоциативными картами «Монстрики чувств»
8	Радость общения	Формирование положительного взаимодействия, сплочённости коллектива, создание благоприятной психологической атмосферы	Игровой тренинг
9	Секрет	Формирование социальной идентичности, незакомплексованности, уверенного взаимодействия	Игра-загадка

Занятие 1 «Наш класс – наш дом».

Оборудование: шаблон дома, выполненный из картона (размер: 50 см \*70 см); камни – шаблоны из цветной бумаги; нарисованные отдельно элементы дома: дверь, окно; фломастеры, проектор, ноутбук.

Продолжительность: 30-40 минут.

Ход занятия.

Объявление темы и цели занятия.

Педагог: сегодня у нас необычное занятие. Его название «Наш класс – наш дом». Наша цель – построить дом добрых, дружных отношений.

### 1. Актуализация.

Педагог: жизнь каждого человека связана с домом. Наш дом – это также и наш класс, где мы все проводим много времени друг с другом, учимся дружить.

### 2. Основная часть. Строительство дома.

Педагог: посмотрите на экран, сейчас вы увидите, как строят дом (обучающиеся просматривают видеоролик). Скажите, что нужно для строительства дома в первую очередь?

Обучающиеся: фундамент.

Педагог: верно, каждый получит материал для фундамента. А фундаментом хороших отношений является уважение друг к другу, внимательность и доброта.

Готовые камни прикрепляются на макет.

Педагог: молодцы, у вас прекрасно получилось. Что строят дальше?

Обучающиеся: стены.

Педагог: зачем нужны стены в доме?

Обучающиеся: защищать от ветра, от непогоды.

Педагог: да, а в основе хороших отношений лежит доброта, отзывчивость, любовь. А что же может разрушить хорошие отношения?

Ученики: ссоры, плохие слова и т.п.

Ведущий: да, сейчас каждый из вас получит 3 кирпичика, на каждом из которых нужно нарисовать что-то хорошее, светлое и доброе, например, улыбку, солнышко. Готовые кирпичи прикрепляются к макету дома.

Педагог: какие вы молодцы! Давайте проведем физминутку. Вы выполнили такое сложно и ответственное задание, но чего же не хватает нашему дому?

Обучающиеся: окна.

Педагог: да, а зачем нужны окна?

Первоклассники высказывают свои предположения.

Педагог: да, чтобы смотреть на мир, чтобы был свет и воздух. А как вы думаете, все ли окна одинаковы? Окна могут быть разными, как и люди. Сейчас каждый из вас может нарисовать свое окно, показать, что ему нравится, что интересует.

Младшие школьники выполняют работу.

Педагог: какие вы молодцы, посмотрите, какой у нас замечательный дом получился! Но чего-то в нем не хватает.

Обучающиеся: двери.

Педагог: верно! В наш класс могут прийти новые дети. Входя в класс, вы каждый день открываете дверь нашего дома. И от вас, от меня зависит, какое будет настроение у всех. Давайте сейчас каждый возьмет свой любимый цвет, и мы все вместе раскрасим дверь нашего класса.

Ученики раскрашивают дверь и прикрепляют её к макету.

Педагог: вот и готов наш дом, кто хочет рассказать, что понравилось сегодня на занятии? Что вы поняли после занятия?

Ученики делятся своим эмоциональным состоянием, мнением.

Педагог проговаривает части дома, что они означают. Занятие завершается.

Занятие 2. «Наше королевство».

Оборудование и материалы: листы ватмана, цветные мелки, игрушки, большой мешок, вырезки из журналов, ножницы, клей.

Педагог: как я рада увидеть вас снова, сегодня у нас необычное занятие. Прослушайте сказку (читает сказку про различные королевства, про то, как каждый год королевства обменивались дарами друг с другом).

Вам понравилась сказка?

Ученики: да.

Педагог: о чем эта сказка?

Ученики выдвигают свои предположения.

Педагог: эта сказка о том, что у каждого из нас есть что-то особенное, чем при желании он может поделиться с другими. Сейчас мы поделимся на группы и каждой из групп нужно будет нарисовать свое королевство. Каждый из вас может нарисовать там то, что больше всего ему нравится: например, мне нравится кататься на велосипеде, поэтому я бы нарисовала его.

Далее педагог спрашивает детей, кому что нравится, дети по желанию высказываются.

Педагог: а теперь давайте я распределю вас по группам. Помните, что каждый должен принять участие, а также о том, что что-то хорошее, красивое, необычное может получиться только если вы будете относиться друг к другу с уважением.

Педагог: теперь можете приступать!

По мере выполнения ведущий смотрит, как взаимодействуют дети, при необходимости помогает, корректирует и направляет деятельность детей.

Педагог: вы отлично поработали. Теперь нужно немного отдохнуть и провести физминутку!

Педагог: я вижу, что у всех получилось прекрасные королевства. Теперь ваша задача – это назвать их!

Педагог: отлично, расскажите, как вы назвали ваши королевства.

Обучающиеся рассказывают.

Педагог: а теперь по желанию вы можете рассказать, какие дары у вас есть в королевстве, что есть ценного?

Обучающиеся делятся.

Педагог: как интересно! У каждого что-то свое, посмотрите, мы все такие разные, но какое получилось красивое, необычное королевство у каждой группы.

А теперь предлагают поиграть в игру. Я начну. Я хочу вам подарить ощущение счастья, когда я еду на велосипеде. Встаем все, представляем, что держим руль и едем по дороге, ветер в лицо, лето, нам так весело!

Кто хочет поделиться своим подарком?

Обучающиеся по желанию делятся, создавая воображаемые ситуации!

Педагог: отлично! А теперь следующее задание: кто хочет, может приехать в гости в другое королевство и может кто-то найдет что-то интересное для себя. Вы можете встать, походить по классу, узнать, что есть в других королевствах.

Педагог: вот и закончено наше путешествие. Мне бы очень хотелось, чтобы вы поделились своими эмоциями и чувствами.

На других занятиях у младших школьников мы формировали базовые представления об традициях, символики России, учили их взаимодействию с представителями разных народов, развивали эмоциональный интеллект, способствовали улучшению психологического климата в коллективе. Для обеспечения интереса к занятиям были использованы разнообразные формы деятельности, различные игровые практики.

Таким образом, нами была разработана и реализована программа мероприятий по адаптации младших школьников средствами игровых практик. Мероприятия соответствуют общей цели – содействию благоприятной адаптации первоклассников к школьному обучению с учетом их личностных особенностей. Цели и задачи, соответствуют возрастным особенностям и потребностям обучающихся. Содержание, формы и методы проведения мероприятия соответствуют целевым установкам.



### 2.3. Анализ результатов исследования

На контрольном этапе опытно-экспериментальной работы было проведено повторное диагностирование.

Цель контрольного исследования – оценка эффективности реализованных мероприятий по повышению адаптации к обучению в первом классе.

Полученные результаты исследовательской работы по методике «Лесенка» (автор В.Г. Щур) свидетельствуют о том, что 67% (18 человек) обучающихся имеют средний уровень самооценки личности.

Что касается завышенного уровня самооценки, то он наблюдался у обучающихся на начальной стадии проведения исследования и был равен 33% (9 человек).

Процентное соотношение уровня самооценки младших школьников по методике «Лесенка» (автор В.Г. Щур) на констатирующем и контрольном этапах исследования представлены в диаграмме на рисунке 4.

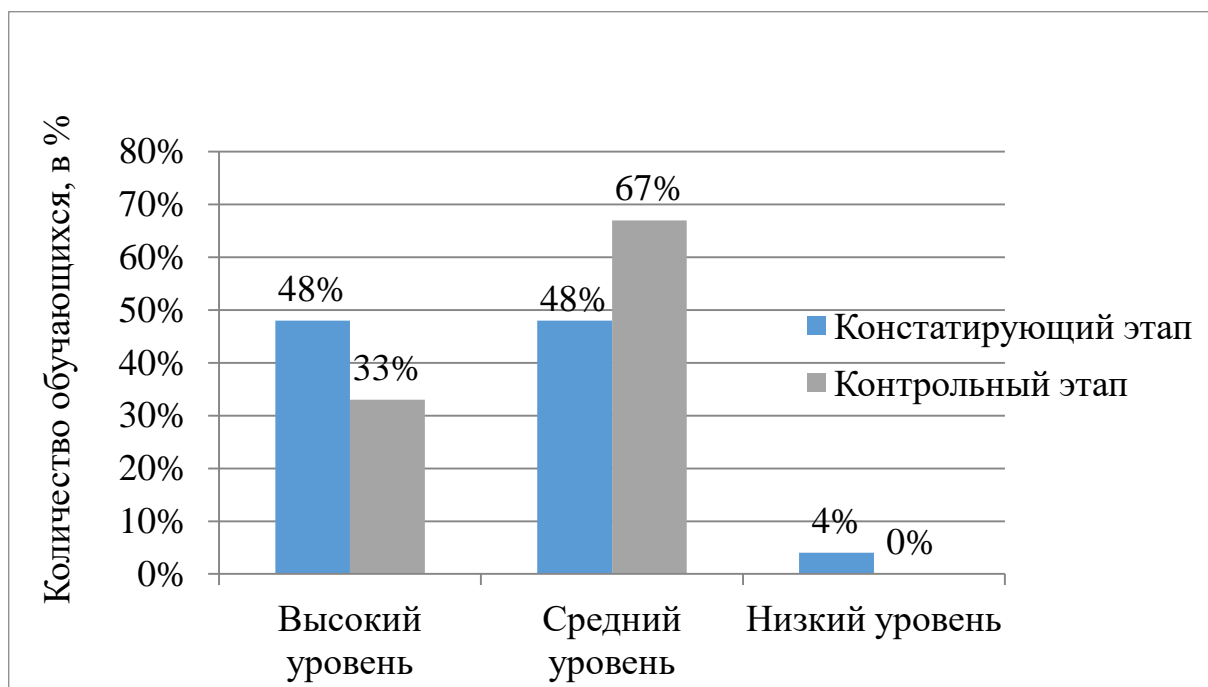


Рисунок 4 – Процентное распределение уровня самооценки младших школьников по методике «Лесенка» (автор В.Г. Щур) на констатирующем и контрольном этапах эксперимента

Необходимо отметить и то, что на контрольном этапе не выявлено количество младших школьников с низким уровнем самооценки. На констатирующем этапе данный показатель был отмечен у 4% (1 человек).

Рассмотрим результаты диагностики по методике М. Р. Гинзбурга для оценки уровня школьной мотивации на контрольном этапе исследования. Полученные результаты приведены на рисунке 5.

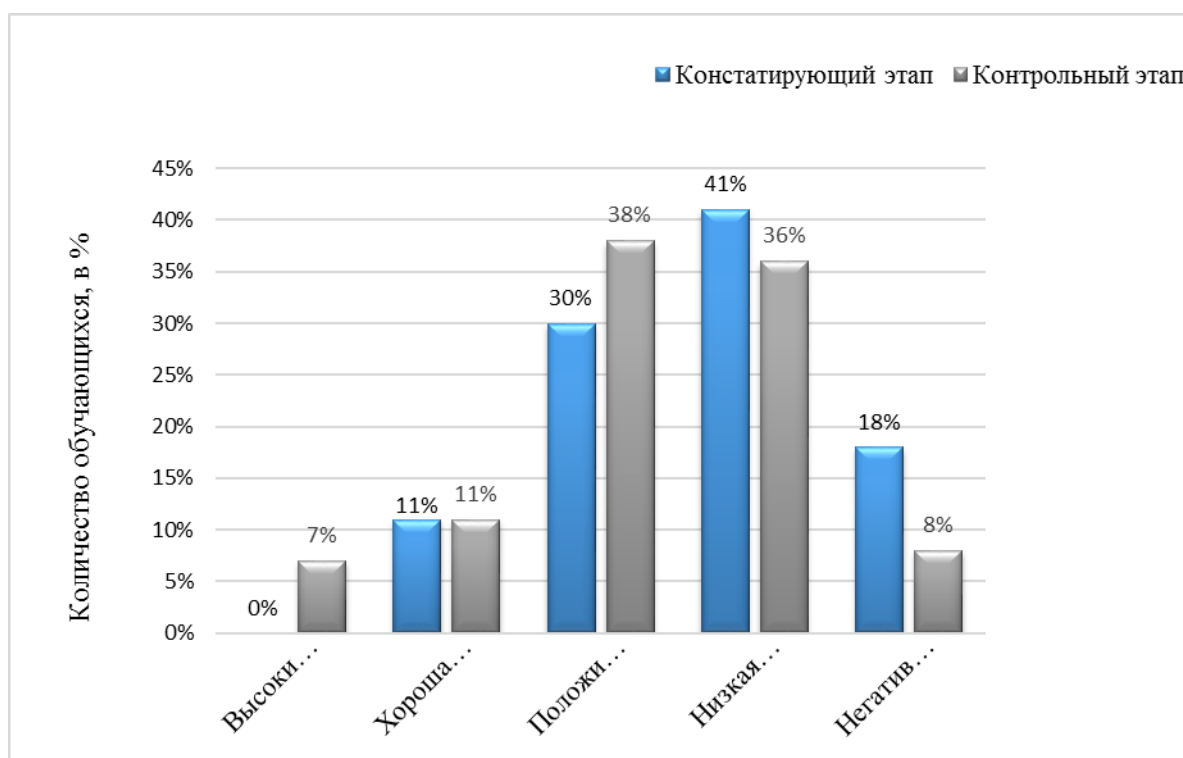


Рисунок 5 – Процентное распределение результатов оценки уровня школьной мотивации по методике М. Р. Гинзбурга на констатирующем и контрольном этапах эксперимента

Из рисунка видно, что на контрольном этапе эксперимента 36% (10 человек) младших школьников имеют низкую школьную мотивацию, как и на констатирующем этапе эксперимента. Показатель положительного отношению к школе на контрольном этапе исследования был зафиксирован у 38% (10 человек) респондентов. Хороший уровень школьной мотивации на контрольном этапе остался неизменным, что

составило 11% (3 человека) опрошенных. В отношении высокого уровня школьной мотивации, то в группе испытуемых он составил 7% (2 человека). Также стоит отметить, что показатель негативного отношения к школе в группе испытуемых был снижен с 18% (констатирующий этап) до 8% (2 человека) (контрольный этап).

Обратимся к результатам диагностики по методике Т. А. Нежной «Беседа о школе». Процентное распределение результатов методики Т.А. Нежной «Беседа о школе» на констатирующем и контрольном этапах эксперимента представлены на диаграмме рисунка 6.

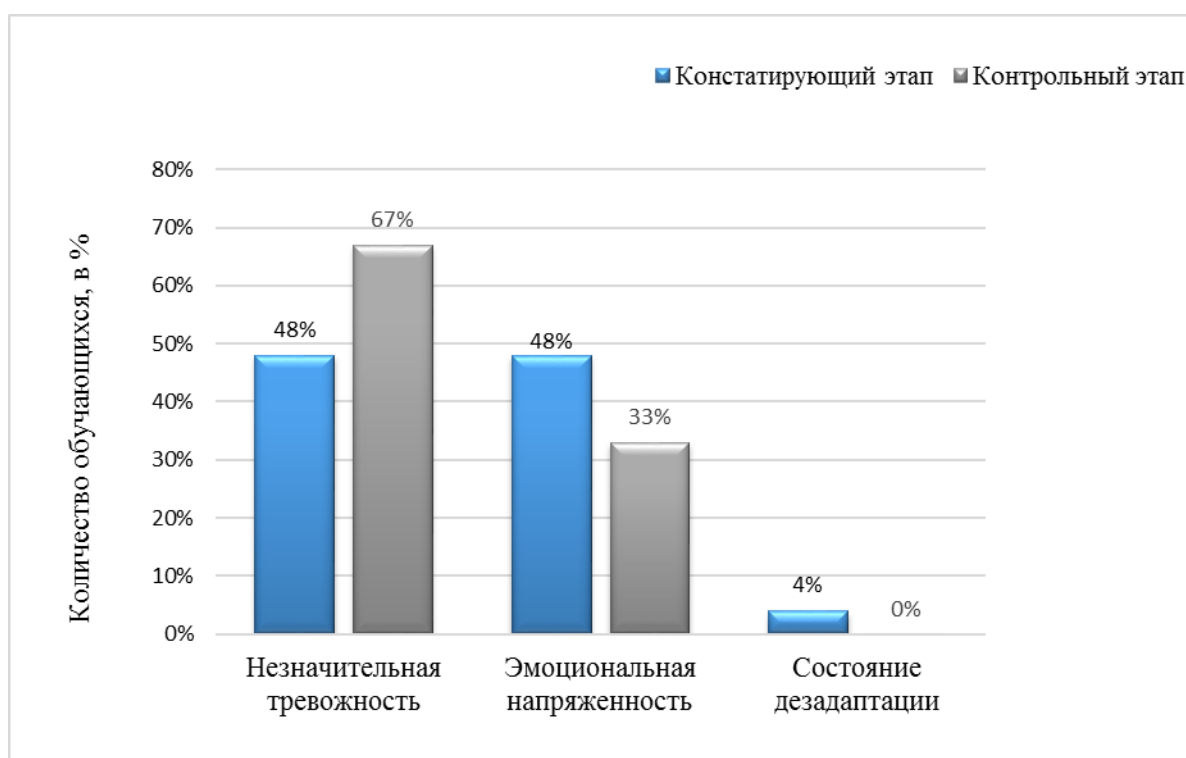


Рисунок 6 – Процентное распределение результатов методики Т.А. Нежной «Беседа о школе» на констатирующем и контрольном этапах эксперимента

Анализируя результаты по методике Т. А. Нежной мы видим, что результаты расположились следующим образом: показатель эмоциональной напряженности стал значительно ниже, так на констатирующем этапе он был выявлен у 48% первоклассников, на контрольном этапе у 33% (9 человек). Относительно показателя

незначительной тревожности, на контрольном этапе исследования в группе испытуемых он отмечается у 67% (18 человек) младших школьников, следует отметить, что на констатирующем этапе таких детей было меньше - 48% (13 человек). Состояние дезадаптации на констатирующем этапе было зафиксировано только у 4% обследуемых экспериментальной группе. На контрольном этапе таких детей не было выявлено.

Таким образом, показатели по результатам методик на контрольном этапе значительно выше, чем на констатирующем. Тем самым мы доказали, что мероприятия, которые были включены в перспективный план по успешной адаптации младших школьников к обучению в школе дали положительный результат.

Таким образом, гипотеза нашего исследования подтвердилась: процесс адаптации к обучению в школе будет проходить успешно, если своевременно провести исследование личностных особенностей первоклассников и включить в образовательный процесс мероприятия, направленные на повышение уровня адаптации первоклассников к обучению в школе с учетом особенностей личности.

#### Выводы по второй главе

В зависимости от различных факторов уровень адаптации детей к новым условиям может быть разным: высоким, нормальным и низким. Адаптация ребенка к школе – процесс не односторонний: не только новые условия влияют на младшего школьника, но и сам он пытается изменить социальную ситуацию.

Первичная диагностика адаптации первоклассников показала, что у обучающихся первого класса имеются проблемы с адаптацией. Они испытывают тревожность, негативные эмоции.

Опытно-экспериментальная работа по исследованию личностных особенностей младших школьников в период адаптации включала в себя

изучение индивидуальных особенностей обучающихся, их способностей и возможностей в обучении.

Нами был разработан перспективный план, включающий комплекс мероприятий по организации процесса успешной адаптации первоклассников, который включает систему работы с первоклассниками.

Проведенная нами итоговая диагностика с использованием того же психодиагностического инструментария, позволила получить положительные результаты. У детей повысился уровень адаптационных возможностей, наблюдается позитивная динамика по всем показателям.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Начало обучения в школе – один из наиболее сложных и ответственных моментов в жизни детей, как в психологическом, так и в физическом плане. Вступив в школу, первоклассник становится школьником далеко не сразу. Этот момент является новым возрастным периодом в жизни младшего школьника, ведущей деятельностью которой становится учебная деятельность.

Адаптация к школе – приспособление обучающегося к условиям школьной жизни и новой среде, которое ставит требования к компетентности первоклассника, его гибкости, умению выделять главное и второстепенное, способности приспосабливаться, сопротивляться, отстаивая непредвиденные ситуации, проблемы, требующие решения, которые испытывают ребенка на умение принимать самостоятельно решение.

Особенностью этапа поступления в школу является сложность данного процесса, дети переходят из статуса дошкольников в статус школьника, им приходится принимать школьные правила, нести ответственность за получаемые знания, выстраивать взаимодействие со сверстниками.

Данная работа была посвящена проблеме изучения условий для успешной адаптации первоклассников к обучению в школе с учетом их личностных особенностей.

Анализ научной литературы позволил определить, что личностные особенности школьников оказывают большое влияние на отношение к школе.

Немаловажным является аспект, связанный с общением ребенка с одноклассниками, так как в этом возрасте самооценка детей основана на оценке других людей. Положительные либо отрицательные эмоции,

которые испытывает ребенок при общении со сверстниками отражаются на его поведении и даже обучении, ускоряя либо замедляя адаптацию к учению.

В практической части исследования нами были представлены результаты опытно-экспериментального исследования личностных особенностей школьников.

Правильный выбор методик позволил нам выявить личностные особенности младших школьников, влияющих на процесс адаптации к обучению в школе.

На констатирующем этапе исследования нами были изучены следующие критерии: эмоциональное состояние, самооценка и школьная мотивация. В результате исследования по избранным методикам было выявлено, что большинство обучающихся нуждаются в психолого-педагогической поддержке, оптимизации отношения к школе. На формирующем этапе исследования нами была разработана и реализована перспективный план мероприятий по оптимизации отношения первоклассников к школе. Нами были использованы методы арт-терапии и тренинговые занятия. На контрольном этапе исследования было проведено повторное исследование и осуществлен сравнительный анализ. Результаты показали, что показатели значительно улучшились.

Контрольный этап исследовательской работы позволил нам проверить эффективность мероприятий по повышению уровня адаптации первоклассников к обучению с учетом их личностных особенностей.

Таким образом, процесс адаптации к обучению в школе будет проходить успешно, если своевременно провести исследование личностных особенностей первоклассников и включить в образовательный процесс мероприятия, направленные на повышение уровня адаптации первоклассников к обучению в школе с учетом особенностей личности.

Высокий уровень процесса адаптации будет обеспечен при осуществлении индивидуального подхода в обучении с целью формирования положительного отношения к школе в процессе адаптации, а также созданию системы активного взаимодействия учителя, педагога дошкольного образования, родителей.



## БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Алавердова, О.Н. Показатели психофизического состояния первоклассников на этапе стартовой готовности к обучению в школе / О. Н. Алавердова, Е. А. Колиненко, К. О. Лопатин, Т. А. Солодовникова // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 10(188). – С. 5-9.
2. Александровская, Э. М. Психологическое сопровождение школьников / Э.М. Александровская. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 111 с.
3. Амплеенкова, С. П. Психолого-педагогическая поддержка первоклассников в период адаптации к школе / С. П. Амплеенкова // Фундаментальные и прикладные научные исследования: актуальные вопросы, достижения и инновации : сборник статей XXXIV Международной научно-практической конференции : в 2 ч., Пенза, 15 мая 2020 года. Том Часть 2. – Пенза: «Наука и Просвещение» (ИП Гуляев Г.Ю.), 2020. – С. 185-188.
4. Ананьев, Б.Г. Человек как предмет познания / Б.Г. Ананьев. – СПб.: Питер, 2011. – 288 с.
5. Апетян, М. К. Психологические и возрастные особенности младшего школьника // Молодой ученый. – 2014. – №14. – С. 243-244.
6. Арутюнян, М.Ю. Учителя и ученики: два мира? / М.Ю. Арутюнян, О.М. Здравомыслова, И.И. Шурыгина. – М.: Просвещение, 2001. – 160 с.
7. Баурова, Ю. В. Гендерный подход в обучении / Ю. В. Баурова // Народное образование. – 2010. – № 7. – С. 217-220.
8. Бельшева, А. Н. Особенности адаптации современных первоклассников к обучению в школе / А. Н. Бельшева, Ю. Н. Смирнова // Нижегородский психологический альманах. – 2021. – Т. 1. – № 1. – С. 20-29.

9. Битянова, М. Р. Адаптация ребенка к школе: диагностика, коррекция, педагогическая поддержка / М.Р. Битянова. – М.: Академия, 2001
10. Бреслав, Г. Половые различия и современное школьное образование/ Г. Бреслав, Б. Хасан // Вопросы психологии. – 2005. – № 3. – С. 66-67.
11. Бусловская, Л. К. Эмоциональное состояние ребенка как критерий адаптации к новым социальным условиям / Л. К. Бусловская, А. Ю. Ковтуненко, Ю. П. Рыжкова // Современные проблемы науки и образования. – 2020. – № 6. – С. 53.
12. Валиулина, И. Ф. Особенности адаптации первоклассников к школе / И.Ф. Валиулина // Молодой ученый. – 2017. – №5. – С. 474-477.
13. Венгер, А.Л. Психологическое обследование младших школьников [Текст] / А.Л Венгер, Г. А. Цукерман. – М.: Владос-Пресс, 2007. – 160 с.)
14. Виноградова, Т.В. Сравнительное исследование познавательных процессов у мужчин и женщин: роль биологических и социальных факторов / Т.В. Виноградова, В.В. Семенов // Вопросы психологии. – 2008 – № 2. – С. 63-71.
15. Воинова, А.А. Учебно-методический комплекс «Школа России» / А.А. Воинова. – М., 2010. – 98 с.
16. Воробьева, Н.В. Педагогика и психология / Н.В. Воробьева. – СПб.: Питер, 2012. – 199 с.
17. Выготский, Л.С. Избранные психологические исследования. – М.: Педагогика, 2006. – 520 с.
18. Выготский, Л.С. Психология развития человека / Л.С. Выготский. – М.: Изд-во Смысл, 2015. – 411 с.
19. Давыдов, В. В. Теория развивающего обучения / В.В. Давыдов. – М.: ИНТОР, 2008. – 238 с.

20. Дубровина, И.В. Психология [Текст] / И.В. Дубровина – М.: Академия, 2009 – С. 362.
21. Дубровина, И.В. Хрестоматия. Возрастная и педагогическая психология [Текст] / И.В. Дубровина, В.В. Зацепин. – М.: Педагогика, 1998, – С. 84-87., 103-107.
22. Дылева, А.В. Возможности введения разновозрастного обучения в рамках ФГОС / А.В. Дылева / Вестник образования в России. – 2015. – №4. –С. 54-57.
23. Егорова, М.Р. Формирование у первоклассников эмоционально-положительного отношения к учёбе // Достижения науки и образования / М.Р. Егорова. – 2019. – №1 (42). – С.98-102.
24. Емельянова, И.Н. Теория и методика воспитания: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / И.Н. Емельянова. – М.: Просвещение, 2008. – 203 с.
25. Заваденко, Н.Н. и др. Школьная дезадаптация: психоневрологические и нейропсихологические исследования // Вопросы психологии. – 1999. – № 4. – С. 21-28.
26. Завражнов, В. В., Чагина М. В. Психолого-педагогические аспекты проблемы адаптации младших школьников к условиям обучения в школе / В.В. Завражнов // Молодой ученый. – 2017. – № 49. – С. 422-424.
27. Иванова, И. А. Проблема адаптации первоклассников / И.А. Иванова // Проблемы Науки. – 2015. – № 4. – С.141–143.
28. Кабаева, В. М. Психологическая поддержка мальчиков и девочек в адаптационный период. Режим доступа: Психологическая поддержка мальчиков и девочек в адаптационный период (childpsy.ru).
29. Каплунович, И.Я. О различиях в математическом мышлении мальчиков и девочек / И.Я.Каплунович//Педагогика.– 2001.–№10. – С. 30-35.

30. Костина, Л. М. Адаптация первоклассников к школе путем снижения уровня их тревожности. / Л. М. Костина // Вопр. психол. – 2014. – № 1. – С.137.

31. Костина, Л. М. Индивидуальные характеристики психологической безопасности учащихся первых классов в период адаптации к школе / Л. М. Костина, И. А. Писаренко // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Акмеология образования. Психология развития. – 2016. – Т. 5. – № 4. – С. 346-350.

32. Кочеткова, Т. Н. Аспекты проблемы адаптации первоклассников к школе / Т. Н. Кочеткова // Глобальный научный потенциал. – 2020. – № 4(109). – С. 32-37.

33. Кочеткова, Т. Н. Различия в поведении первоклассников, обусловленные разными уровнями адаптации / Т. Н. Кочеткова // Мир науки. Педагогика и психология. – 2020. – Т. 8. – № 2. – С. 35.

34. Кривец, А. А. Игровая деятельность как важное средство адаптации к школе / А. А. Кривец, Л. Ю. Слепцова // Молодость. Интеллект. Инициатива: материалы X Международной научно-практической конференции студентов и магистрантов, Витебск, 22 апреля 2022 года. – Витебск: Витебский государственный университет им. П.М. Машерова, 2022. – С. 414-415.

35. Кучманова, Е. Г., Ряполова М. В. Психолого-педагогические основы реализации индивидуального подхода к младшим школьникам. Сущность индивидуального подхода / Е.Г. Кучманова // Актуальные вопросы современной педагогики: материалы VI Междунар. науч. конф. — Уфа: Лето, 2015. — С. 10-13.

36. Леонтьев, А.Н. Избранные психологические произведения [Текст] / А.Н. Леонтьев. – М.: Академия, 2003 – 295 с.

37. Лисина, М. И. Формирование личности ребенка в общении / М. И. Лисина. – М.: Мастера психологии, 2009. – 320 с.

38. Мажаренко, С. В. Личностно-ориентированный подход как основа реализации ФГОС в деятельности дошкольной организации // Молодой ученый. — 2017. — №3.1. — С. 38-40.
39. Митрофанова, А.А. Гендерный подход в педагогике / А.А. Митрофанова // Введение в тендерные исследования / Под ред. И.В. Костиковой – М: Аспект Пресс, 2005. – С. 182-194.
40. Мурунова, А. Е. Особенности адаптации первоклассников к школе / А. Е. Мурунова // Аллея науки. – 2020. – Т. 2. – № 4(43). – С. 14-17.
41. Надеев, Р. Р. Подвижные игры как средство ускорения процесса адаптации первоклассников к условиям обучения в общеобразовательной школе / Р. Р. Надеев, А. М. Сайгашов, Г. В. Пожарова // Современные проблемы профориентации и сопровождения профессионального самоопределения школьников в области физической культуры, спорта и туризма : материалы Всероссийской научно-практической конференции, посвященной памяти академика РАО, доктора педагогических наук, профессора С. Н. Чистяковой – Саранск: Мордовский государственный педагогический институт имени М.Е. Евсевьева, 2020. – С. 98-103.
42. Нижегородцева, Н. В. Психолого-педагогическая готовность ребенка к школе / Н. В. Нижегородцева, В. Д. Шадриков. – М.: Владос, 2001. – 256 с.
43. Павлова, И. П.Торможение вслед за возбуждением (Совместно с И. А. Ветюковым). «Новое в рефлексологии и физиологии нервной системы». Сб. I. М.—Л., 1995, стр. 51—59
44. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии [Текст] / С.Л. Рубинштейн – СПб.: Питер, 2001 – 502 с.
45. Эльконин, Д.Б. Детская психология [Текст] / Д.Б. Эльконин. – М.: Академия, 2002 – 384 с.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Методики диагностики личности младшего школьника в период адаптации к обучению в школе

### Методика «Лесенка» (адаптация В.Г. Щур)

Цель: предназначена для выявления системы представлений ребёнка о том, как он оценивает себя сам, как, по его мнению, его оценивают другие люди и как соотносятся эти представления между собой.

«Лесенка» имеет два варианта использования: групповой и индивидуальный. Групповой вариант позволяет оперативно выявить уровень самооценки. При индивидуальном изучении самооценки есть возможность выявить причину, которая сформировала (формирует) ту или иную самооценку, чтобы в дальнейшем в случае необходимости начать работу по коррекции трудностей, возникающих у детей.

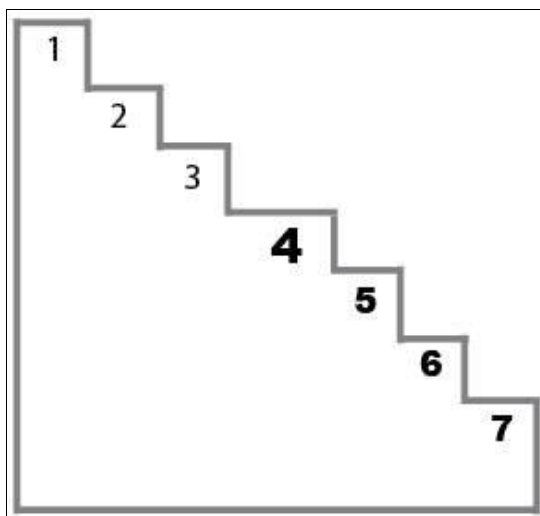


Рисунок 7 – Иллюстративный материал к методике «Лесенка» (автор В.Г. Щур)

#### Инструкция (групповой вариант)

У каждого участника – бланк с нарисованной лесенкой, ручка или карандаш; на классной доске нарисована лесенка. «Ребята, возьмите красный карандаш и послушайте задание. Вот лесенка. Если на ней

расположить всех ребят, то здесь (показать первую ступеньку, не называя ее номер) будут стоять самые хорошие ребята, тут (показать вторую и третью) – хорошие, здесь (показать четвертую) – ни хорошие, ни плохие ребята, тут (показать пятую и шестую ступеньки) – плохие, а здесь (показать седьмую ступеньку) – самые плохие. На какую ступеньку ты поставишь себя? Нарисуй на ней кружок». Затем повторить инструкцию еще раз.

#### Инструкция (индивидуальный вариант)

При индивидуальной работе с ребенком очень важно создать атмосферу доверия, открытости, доброжелательности. У ребенка должен быть бланк с нарисованной лесенкой, ручка или карандаш. «Вот лесенка. Если на ней расположить всех ребят, то здесь (показать первую ступеньку, не называя ее номер) будут стоять самые хорошие ребята, тут (показать вторую и третью) – хорошие, здесь (показать четвертую) – ни хорошие, ни плохие ребята, тут (показать пятую и шестую ступеньки) – плохие, а здесь (показать седьмую ступеньку) – самые плохие. На какую ступеньку ты поставишь себя? Объясни почему». В случае затруднений с ответом повторите инструкцию еще раз.

#### Обработка результатов и интерпретация

При анализе полученных данных исходите, из следующего:

Ступенька 1– завышенная самооценка.

Она чаще всего характерна для первоклассников и является для них возрастной нормой. В беседе дети объясняют свой выбор так: «Я поставлю себя на первую ступеньку, потому что она высокая», «Я самый лучший», «Я себя очень люблю», «Тут стоят самые хорошие ребята, и я тоже хочу быть с ними». Нередко бывает так, что ребенок не может объяснить свой выбор, молчит, улыбается или напряженно думает. Это связано со слабо развитой рефлексией (способностью анализировать свою деятельность и

соотносить мнения, переживания и действия с мнениями и оценками окружающих).

Именно поэтому в первом классе не используется балльная (отметочная) оценка. Ведь первоклассник (да и нередко ребята второго класса) в подавляющем своем большинстве принимает отметку учителя как отношение к себе: «Я хорошая, потому что у меня пятерка («звездочка», «бабочка», «солнышко», «красный кирпичик»); «Я плохая, потому что у меня тройка («дождик», «синий кирпичик», «черточка»).

Ступеньки 2, 3– адекватная самооценка

У ребенка сформировано положительное отношение к себе, он умеет оценивать себя и свою деятельность: «Я хороший, потому что я помогаю маме», «Я хороший, потому что учусь на одни пятерки, книжки люблю читать», «Я друзьям помогаю, хорошо с ними играю». Это нормальный вариант развития самооценки.

Ступенька 4– заниженная самооценка

Дети, ставящие себя на четвертую ступеньку, имеют несколько заниженную самооценку. Как правило, это связано с определенной психологической проблемой ученика. В беседе ребенок может о ней рассказать. Например: «Я и ни хороший и ни плохой, потому что я бываю добрым (когда помогаю папе), бываю злым (когда на братика своего кричу)». Здесь налицо проблемы во взаимоотношениях в семье. «Я ни хорошая и ни плохая, потому что пишу плохо буквы, а мама и учительница меня ругают за это». В данном случае разрушены ситуация успеха и положительное отношение школьницы, по меньшей мере к урокам письма; нарушены межличностные отношения со значимыми взрослыми».

Ступеньки 5, 6– низкая самооценка

Младших школьников с низкой самооценкой в классе около 8–10%. Иногда у ребенка ситуативно занижается самооценка. На момент опроса что-то могло произойти: ссора с товарищем, плохая отметка, неудачно



наклеенный домик на уроке труда и т.д. И в беседе ученик расскажет об этом. Например: «Я плохой, потому что подрался с Сережей на перемене», «Я плохая, потому что написала диктант на три», – и т.д. В таких случаях, как правило, через день-другой Вы получите от ребенка другой ответ (с положительной самооценкой).

Гораздо серьезнее являются стойкие мотивированные ответы ребят, где красной линией проходит мысль: «Я плохой!» Опасность этой ситуации в том, что низкая самооценка может остаться у ребенка на всю его жизнь, вследствие чего он не только не раскроет своих возможностей, способностей, задатков, но и превратит свою жизнь в череду проблем и неурядиц, следуя своей логике: «Я плохой, значит, я не достоин ничего хорошего».

Учителю очень важно знать причину низкой самооценки школьника – без этого нельзя помочь ребенку. Приведем примеры ответов ребят, из которых сразу становится понятно, в каком направлении оказывать им помощь: «Я поставлю себя на нижнюю ступеньку (рисует кружок на пятой ступеньке), потому что мама говорит, что я невнимательный и делаю много ошибок в тетрадях». Здесь необходима работа с родителями школьника: беседы, в которых следует объяснить индивидуальные особенности ребенка. Например, если это первоклассник, то необходимо рассказать, напомнить лишней раз родителям о том, что ребенок в этом возрасте еще не обладает ни устойчивым вниманием, ни произвольностью поведения, что у каждого ученика свой темп усвоения знаний, формирования учебных навыков. Полезно регулярно напоминать родителям о недопустимости чрезмерных требований к неуспевающему школьнику. Крайне важна демонстрация родителями положительных качеств, каждого успеха их ребенка.

«Я сюда себя поставлю, на нижнюю, шестую ступеньку, потому что у меня двойки в дневнике, а учительница меня ставит в угол». Первое, что

необходимо сделать, – это выявить причину неуспешности школьника (его учебы, плохого поведения) и вместе со школьным педагогом-психологом, родителями начать работу по созданию успешной учебной ситуации. Существенную роль может сыграть положительная словесная оценка процесса деятельности и отношения ученика к выполнению учебной работы.

Все педагоги понимают, что отрицательные отметки не способствуют улучшению учебы, а лишь формируют негативное отношение ребенка к школе. Искать положительное в деятельности ученика, указывать даже на незначительные успехи, хвалить за самостоятельность, старание, внимательность – основные способы повышения самооценки школьников. «Я дерусь с ребятами, они меня не принимают в игру» (ставит себя на шестую ступеньку)». Проблема несформированности межличностных отношений – одна из острейших в современном начальном образовании. Неумение детей общаться, сотрудничать друг с другом – основные причины конфликтов в детской среде.

#### Ступенька 7– резко заниженная самооценка

Ребенок, который выбирает самую нижнюю ступеньку, находится в ситуации школьной дезадаптации, личностного и эмоционального неблагополучия. Чтобы отнести себя к «самым плохим ребятам», нужен комплекс негативных, постоянно влияющих на школьника факторов. К несчастью, школа нередко становится одним из таких факторов.

Отсутствие своевременной квалифицированной помощи в преодолении причин трудностей в обучении и общении ребенка, несформированность положительных межличностных отношений с учителями, одноклассниками – наиболее частые причины резко заниженной самооценки. Чтобы скорректировать ее, необходима

совместная деятельность учителя, школьного педагога-психолога, социального педагога (в случае неблагоприятной обстановки в семье).

Суть педагогической поддержки педагога и его психологической помощи школьникам с низкими показателями уровня самооценки состоит во внимательном, эмоционально-положительном, одобряющем, оптимистически настроенном отношении к ним.

Доверительное общение, постоянный контакт с семьей, вера в ученика, знание причин и своевременное применение способов преодоления трудностей ребенка способны медленно, но поступательно формировать адекватную самооценку младшего школьника.

## Анкета «Оценка уровня школьной мотивации» (автор М. Р. Гинзбург)

**Цель:** выявить наиболее характерные для шести- и семилетних детей учебные мотивы.

**Процедура проведения.** В основу предлагаемой методики «Определение мотивов учения» положен принцип «персонификации» мотивов. Испытуемому предлагается небольшой рассказ, в котором каждый из исследуемых мотивов выступает в качестве личностной позиции одного из персонажей. Эксперимент проводится индивидуально. После прочтения каждого абзаца перед ребенком выкладывается соответствующий содержанию рисунок, который служит внешней опорой для запоминания.

**Инструкция:**

«Сейчас я прочитаю тебе рассказ»

№1. «Мальчики (девочки) разговаривали о школе. Первый мальчик сказал: «Я хожу в школу потому, что меня мама заставляет. Если бы не мама, я бы в школу не ходил».

На стол перед ребёнком психолог выкладывает карточку с рисунком №1: женская фигура с указывающим жестом, перед ней фигура ребёнка с портфелем в руках. Внешний мотив.

№2. Второй мальчик (девочка) сказал: «Я хожу в школу потому, что мне нравится делать уроки. Даже если бы школы не было, я всё равно бы учился».

Психолог выкладывает карточку с рисунком № 2- фигура ребёнка, сидящего за партой. Учебный мотив.

№3. Третий мальчик сказал: «Я хожу в школу потому, что там весело и много ребят, с которыми можно поиграть».

Психолог выкладывает карточку с рисунком № 3: фигурки двух детей, играющих в мяч. Игровой мотив.

№4. Четвёртый мальчик сказал: «Я хожу в школу потому, что хочу быть большим. Когда я в школе, я чувствую себя взрослым, а до школы я был маленьким».

Психолог выкладывает карточку с рисунком № 4: две фигурки, изображённые спиной друг к другу: у той, что повыше, в руках портфель, у той, что пониже, игрушечный автомобиль. Позиционный мотив.

№5. Пятый мальчик (девочка) сказал: "Я хожу в школу потому, что нужно учиться. Без учения никакого дела не сделаешь, а выучишься - и можешь стать, кем захочешь.

Психолог выкладывает карточку с рисунком № 5: фигурка с портфелем в руках направляется к зданию. Социальный мотив.

№6. Шестой мальчик сказал: «Я хожу в школу потому, что получаю там пятёрки.

Психолог выкладывает карточку с рисунком № 6. фигурка ребёнка, держащего в руках раскрытую тетрадь. Отметка.

После прочтения рассказа психолог задаёт вопросы. Обработка результатов представлена в таблице 6.

Таблица 6 – Оценочная таблица для обработки результатов исследования

1 (а) картинка	2 (б) картинка	3 (в) картинка	4 (г) картинка	5 (д) картинка	6 (е) картинка	Итог
-	+ 5 баллов	-	-	+ 4 балла	+ 2 балла	
Контрольн ый выбор						10 баллов

- а) внешний мотив - 0 баллов;
- б) учебный мотив - 5 баллов;
- в) игровой мотив- 1 балл;
- г) социальный мотив - 4 балла;
- д) позиционный мотив - 3 балла;
- е) получение отметки - 2 балла.

В результате исследования был выявлен общий балл, который равен 10.

Баллы выбранных картинок суммируются и на их основе по оценочной таблице выявляются уровни мотивации (таблица представлена ниже).

Таблица 7 – Оценочная таблица по уровням мотивации

Уровни мотивации	Выбор картинок 2	Выбор картинок 3	Общая оценка по уровням мотивации (в баллах)
1	5	5	13 - 15
2	4	4	10 - 12
3	3	3	7 - 9
4	2	2	4 - 6
5	0 - 1	0 - 1	до 3

I - очень высокий уровень мотивации, преобладание учебных мотивов, возможно наличие социальных мотивов;

II - высокий уровень учебной мотивации, преобладание социальных мотивов, возможно присутствие учебного и позиционного мотивов;

III - нормальный уровень мотивации, преобладание позиционных мотивов, возможно присутствие социального и оценочного мотивов;

IV - сниженный уровень мотивации, преобладание оценочных мотивов, возможно присутствие позиционного и игрового (внешнего) мотивов;

V - низкий уровень учебной мотивации, преобладание игровых или внешних мотивов, возможно присутствие оценочного мотива.

### 3. Методика «Беседа о школе» Т. А. Нежной

Цель: выявление сформированности внутренней позиции школьника, его мотивации учения.

Оцениваемые универсальные учебные действия: действия, направленные на определение своего отношения к поступлению в школу и школьной действительности; действия, устанавливающие смысл учения.

Возраст: 6,5—8 лет.

Метод оценивания: индивидуальная беседа с ребенком.

Описание задания: ребенок должен ответить на вопросы.

Психолог дает ребенку инструкцию: «Я буду рассказывать истории про две школы, школу А и школу Б, а ты должен самостоятельно выбрать, какая школа больше нравится ( по данной методике ребенок должен подчеркнуть нужную букву в заранее подготовленном листе бумаге со строчками-прямоугольниками, в каждом из которых буквы А и Б). Но в данной технологии педагог сам отмечает выбор ребенка в бланке вопросов, так как беседа проводится индивидуально и психолог может уточнить выбор ребенка или повторить вопрос или варианты ответов при необходимости, что позволяет исключить ошибку в ответах ребенка, связанную с недопониманием.

Задания:

1. В школе А расписание уроков в первом классе такое: каждый день бывают уроки чтения, математики, письма, а уроки рисования, физкультуры, музыки – не каждый день. А в школе Б все наоборот: каждый день бывает физкультура, музыка, рисование, а чтение, письмо и математика редко – по одному разу в неделю. В какой школе вы хотели бы учиться?

2. В школе А не делают замечаний, если встанешь во время уроков, поговоришь с соседом, выйдешь из класса без спросу. А в школе Б от первоклассника строго требуют, чтобы он внимательно слушал учителя и делал все, что он говорит, не разговаривал на уроках, поднимал руку, если надо что-то сказать или выйти. В какой школе вы хотели бы учиться?

3. В школу А дети должны ходить каждый день, а в школу Б ходят только, когда хотят. В какой школе вы хотели бы учиться?

4. В школе А дети носят разную одежду, школьной формы у них нет, а в школе Б все дети носят школьную форму.

5. В школе А дети приходят в класс, и их всех учит одна учительница, а в школе Б учительница может приходить к ребенку домой и учить его одного всему, что проходят в школе.

6. В школе А детей учат учителя, а в школе Б уроки часто проводят мамы учеников: они им что-нибудь читают, показывают или рассказывают.

7. В школе А первоклассникам никогда не ставят отметок, но всегда объясняют, что сделано правильно, а что неправильно. А в школе Б детям за выполнение заданий ставят отметки.

8. В школе А дети на уроках узнают много нового и мало играют, а в школе Б много играют, а нового узнают мало.

9. В школе А читают разные книжки и смотрят мультфильмы, а в школе Б учатся по учебникам.

10. В школе А часто читают сказки, а в школе Б детям сказки читают редко, зато часто рассказывают о других странах, о природе, о том, как что устроено – о том, что бывает на самом деле.

11. В школе А у каждого ученика есть дневник, куда учитель ставит отметки, и ученик обязательно показывает дневник родителям. А в школе Б дневников нет, детям и родителям рассказывают, как ученик учится, что у него получается и что не получается.

#### Обработка результатов

Подсчитывается общее количество ответов, свидетельствующих о преобладании учебной или «дошкольной» мотивации.

#### Интерпретация результатов



1. Преобладание в ответах игровой дошкольной мотивации свидетельствует о несформированности учебной мотивации, об ориентации ребенка на дошкольные виды деятельности.

2. Суммарное преобладание трех типов ответов, характеризующих учебно-познавательную (основанную на желании узнать, научиться, то есть на познавательной потребности) и позиционную мотивацию (связанную с внешней атрибутикой учения, «позицией ученика»), а также ориентацию на отметку свидетельствует о наличии у ребенка учебной мотивации разного типа.

3. В случаях, когда ребенок дает 5 или 6 ответов, относящихся к трем категориям учебных мотивов, и 5 или 6 ответов, свидетельствующих о преобладании дошкольных видов деятельности, делается вывод о примерном равенстве этих типов мотивации.

Соотношение числа ответов, относящихся к каждой категории мотивов, позволяет представить «мотивационный профиль» школьника.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Пояснительная записка и методическое обеспечение к программе

Е. С. Колосовой, Ю. В. Хромовой, М. Р. Битяновой

В программе представлен опыт использования игровых практик в процессе социализации обучающихся в первом классе.

Первый класс школы – один из наиболее существенных критических периодов в жизни детей. Поступление ребенка в школу приводит к возникновению эмоционально-стрессовой ситуации. Ребенка, пришедшего впервые в школу, встретит новый коллектив детей и взрослых. Ему нужно установить контакты со сверстниками и педагогами, научиться выполнять требования школьной дисциплины, новые обязанности, связанные с учебной деятельностью.

В Федеральном законе «Об образовании Российской Федерации» № 273 от 29.12.2012, образование определяется как целенаправленный процесс воспитания и обучения в интересах человека, общества, государства.

Базовым тезисом Федерального государственного образовательного стандарта начального образования (ФГОС НОО) является развитие личности обучающегося, способного и готового учиться на протяжении всей жизни. Чтобы решать задачи, поставленные ФГОС, нам необходимо понимать, какие именно качества следует развивать, воспитывая ученика как субъекта познания.

В настоящее время в нашем обществе очень высокие требования как к процессу обучения, так и к самим школьникам. Ключевая задача системы образования воспитание и развитие свободно мыслящего человека, гармонично развитого, способного анализировать и рефлексировать. У самого школьника на момент поступления в школу должны быть развиты многие навыки и умения. Проблема благополучного прохождения периода

адаптации к школьному обучению детьми была и остаётся наиболее актуальной в образовательном процессе.

Опыт показывает, что не все дети готовы к этому. Одной из важных проблем в нашей школе, считается:

- увеличение числа обучающихся не готовых к школьному обучению;
- увеличение числа обучающихся, имеющих трудности в адаптационном периоде;
- увеличение числа обучающихся с нарушением поведения и эмоционально-волевой сферы.

Некоторые первоклассники, даже с высоким уровнем интеллектуального развития, с трудом переносят школьную нагрузку. Для многих первоклассников трудна и социальная адаптация, так как не сформировалась еще личность, способная подчиняться школьному режиму, усваивать школьные нормы поведения, признавать школьные обязанности. А для части детей она еще очень трудна и тем, что они не посещали дошкольные учреждения, не занимались в развивающих кружках.

Цель программы:

Создание психолого-педагогических условий, обеспечивающих благоприятное течение адаптации первоклассников к школьному обучению с учетом индивидуальных и возрастных особенностей личности каждого ребенка в адаптационный период.

Задачи:

Комплексные занятия направлены на решение целого ряда задач:

1. Развивать:

- представления об окружающем мире (уметь смотреть и видеть, слушать и слышать);
- эмоционально-положительное отношение к совместной деятельности на уроке;

- позитивные отношения к себе;
- умения саморегуляции, самоконтроля и адекватных форм их проявления в поведении;
- психические процессы (память, внимание, мышление, воображение, представление, восприятие, речь);
- благоприятные условия для самовыражения с помощью процесса творчества;

## 2. Формировать:

- мотивационную сферу гигиенического поведения, безопасности жизни, физического воспитания;
- навыки толерантного взаимодействия;
- эмоциональное и физическое состояние обучающихся средствами художественной деятельности;
- представления о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему;
- сознательное отношение к своему здоровью, стимулировать желания совершенствовать его и вести здоровый образ жизни.

## Ожидаемые результаты

Создание комфортных и благоприятных условий образовательного процесса, способствующих успешной адаптации первоклассников, сформированность УУД.

## Основные показатели благоприятной адаптации обучающихся:

- сохранение физического, психического и социального здоровья;
- установление контакта с обучающимися, с педагогом;
- формирование адекватного поведения;
- овладение навыками учебной деятельности.

## Обучающиеся должны знать:

- основные школьные правила,

- позитивные слова взаимоотношения между людьми (вежливость, терпение, уважение прав другого человека);

- факторы роста (рациональное питание, двигательная активность и др.) и здоровья (гигиена тела, питание, движение и др.);

- формы обращения, слова-комплименты;

- невербальные средства общения (знаки, взгляд, жесты) для регуляции и саморегуляции нормативного поведения;

- некоторые положительные и отрицательные черты характера;

- значение ощущений и восприятия в познании мира;

- правила дружбы, честной игры;

- приемлемые для себя стереотипы поведения и способы разрешения конфликтов;

- приемы мобилизации, концентрации внимания, а также снятия мышечного и эмоционального напряжения.

уметь:

- подчинять свое поведение новым нормам и правилам;

- ориентироваться на указания учителя;

- общаться со сверстниками и старшими;

- преодолевать негативные эмоциональные состояния;

- применять теоретические знания о здоровом образе жизни, в повседневной деятельности;

- решать проблемы, возникающие в следующих ситуациях: в познании и объяснении действительности, во взаимоотношении людей, в этических нормах, при оценке собственных поступков, в практической жизни и при необходимости разрешения собственных проблем;

- планировать свое время;

- вести дискуссию, выслушивать различные мнения, доказывать свою точку зрения;

- анализировать собственный жизненный опыт;

- останавливаться и принимать конструктивное решение в трудных и опасных ситуациях.

Адаптация – это естественное состояние человека, проявляющееся в приспособлении (привыкании) к новым условиям жизни, новой деятельности, новым социальным контактам, новым социальным ролям. Значение этого периода вхождения в непривычную для детей жизненную ситуацию проявляется в том, что от благополучности его протекания зависит не только успешность овладения учебной деятельностью, но и комфортность пребывания в школе, здоровье ребенка, его отношение к школе и учению.

Она зависит как от индивидуальных особенностей личности, так и от помощи окружающих. Период адаптации ребенка к школе длится от 2-3 недель до полугода. Это зависит от многих факторов: индивидуальных особенностей ребенка, типа учебного заведения, уровня сложности образовательных программ, степени подготовленности ребенка к школе.

По степени адаптированности детей можно условно разделить на три группы.

Первая группа детей адаптируется в течение первых двух месяцев обучения. Эти дети относительно быстро вливаются в коллектив, осваиваются в школе, приобретают новых друзей. У них почти всегда хорошее настроение, они спокойны, доброжелательны, добросовестны и без видимого напряжения выполняют все требования педагога. Иногда у них все же отмечаются сложности либо в контактах с детьми, либо в отношениях с учителем, так как им еще трудно выполнять все требования правил поведения. Но к концу октября трудности этих детей, как правило, преодолеваются, ребенок полностью осваивается и с новым статусом ученика, и с новыми требованиями.

Вторая группа детей имеет более длительный период адаптации, период несоответствия их поведения требованиям школы затягивается.

Дети не могут принять новую ситуацию обучения, общения с учителем, детьми. Такие школьники могут играть на уроках, выяснять отношения с товарищем, они не реагируют на замечания учителя или реагируют слезами, обидами. Как правило, эти дети испытывают трудности и в усвоении учебной программы, лишь к концу первого полугодия реакции этих детей становятся адекватными требованиям школы, педагога.

Третья группа – дети, у которых социально-психологическая адаптация связана со значительными трудностями. У них отмечаются негативные формы поведения, резкое проявление отрицательных эмоций, они с большим трудом усваивают учебные программы. Именно на таких детей чаще всего жалуются педагоги: они «мешают» работать в классе.

#### Практическая значимость программы

Данная программа может быть полезна для использования классным руководителям первых классов, педагогам – психологам школ. Технология опыта проста и может быть использована как частично, с применением отдельных методик для использования в образовательном процессе, так и комплексно.

#### 1. Структура и содержание программы

Программа включает себя пять разделов:

Раздел 1. Здравствуй школа.

Раздел 2. Изучаем правила общения.

Раздел 3. Познаем себя и других.

Раздел 4. Мир вокруг меня.

Раздел 5. Мой внутренний мир.

Программа рассчитана на 18 часов. Занятия проводятся в течение учебного года.

Занятия проводятся с периодичностью 2 раза в месяц в рамках классных часов (по 30 минут). Номера занятий отражают последовательность их проведения. Завершающее занятие является

итоговым и носит для детей праздничный характер. Занятия проводятся одновременно со всем классом.

Каждое занятие строится в доступных и интересных для детей формах:

- ролевые игры
- рисование
- рисование на песке (группы 2-3чел)
- групповые обсуждения
- освоение приемов саморегуляции
- направленное воображение
- игровые задания
- упражнения психологического характера
- обсуждение с детьми выполненных заданий
- обобщение результатов некоторых заданий в виде общих

выставок и композиций, помогающих осваивать пространство класса.

В работе используются следующие методы: метод убеждения (разъяснение, рассказ и беседа), метод стимулирования, метод самовоспитания, метод психологической саморегуляции, метод игровой терапии.

В разделе «Ход занятия» достаточно подробно описано предлагаемое содержание каждого занятия. В то же время педагог, полагаясь на свою инициативу, может творчески подходить к занятию, учитывая специфику класса.

Обращения к обучающимся, формулировки заданий, предлагаемые в разделе «Ход занятий» выверены психологически, так как они помогут выстраивать общение я с первоклассниками деликатно. В высказываниях в адрес детей имеет смысл избегать отрицательной оценки, так как многие неверные ответы или поведение могут быть связаны с напряженным состоянием детей. Очень важно не скупиться на поддержку детей,



находить в каждом что-то, за что можно похвалить, о чем можно сказать: «Мне понравилось...».

Содержание разделов программы

Раздел 1. Здравствуй школа

Цель: знакомство первоклассников с учителем и друг с другом. Познакомить с правилами поведения в классе.

Задачи: 1. Предоставление детям возможности назвать свои имена и создание условий для запоминания имен других детей.

2. Формирование у детей отношения друг к другу как к целостной группе – «класс».

3. Знакомство обучающихся со школьным правилом: «Говорить по очереди».

4. Знакомство с пространством класса, формирование отношения к нему как к своему классу.

5. Формирование учебной мотивации. 6. Продолжение формирования навыков учебного сотрудничества

Тема 1. Введение. «Что такое школа»

Совместное обсуждение. Выработка школьного правила «Поднятая рука». Подражательные повторения действий и движений педагога. Знакомство детей. Узнаём и составляем правила поведения в школе. Выработка школьного правила «Приветствие учителя». Осознание позиции школьника. Тренировка поведенческих реакций.

Тема 2. Как хорошо иметь друзей

Установление контакта между детьми. Создание условий для самораскрытия. Демонстрация вариантов знакомств. Выработка правил приветствия. Школьный этикет. Осознание ответственности школьника за свои поступки. Практиковать в учебном взаимодействии. Уточнение представления о времени. Уроки и перемены. Планирование времени. Тренировка в направлении и задержании внимания на своих ощущениях.

Раздел 2. Изучаем правила общения.

Цель: осознание детьми своего нового статуса школьника.

Формирование реалистичного восприятия школьной оценки.

Задачи: 1. Продолжение формирования у детей реалистичных представлений о правах и обязанностях воспитанника.

2. Формирование учебной мотивации.

3. Продолжение формирования навыков учебного сотрудничества

4. Осознание возможности проводить оценку результатов своей деятельности по нескольким критериям.

5. Формирование у детей навыка позитивного оценивания результатов своей деятельности с помощью приёма «зато»

Тема 1. Учимся договариваться

Освоение новой школьной нормы общения. Уточнение возможностей человеческого общения. Тренировка невербального воздействия детей друг на друга.

Тема 2. Спор и ссора

Умение вести дискуссию, доказывать свою точку зрения и выслушивать различные мнения. Понимание и осознание своих и чужих эмоций.

Тема 3. Пойми меня.

Воспитание чувств, эмпатии, толерантности. Создание условий для анализа собственного жизненного опыта.

Тема 4. Уважая себя, уважай других.

Толерантное отношение к другим людям. Оказание помощи другим и умение принять помощь от других. Тренировка общих способностей несловесного воздействия друг на друга.

Тема 5. Весь мир – театр.

Социальная компетенция. Межличностное общение. Сплочение коллектива.

### Раздел 3. Познаем себя и других.

Цель: продолжение знакомства первоклассников друг с другом и с правилами поведения во время урока.

Задачи:

1. Создание доброжелательной атмосферы в классе. 2. Практическое освоение правил поведения во время урока, с которыми первоклассники познакомились на втором занятии.

3. Развитие коммуникативных качеств воспитанников, позитивного отношения к миру, толерантности.

Тема 1. Все люди разные.

Разнообразие человеческих типов, поведенческих реакций. Способность считаться с различиями между людьми. Терпимое отношение к различиям в поведении людей. Ценностное отношение к иному. Тренировка умения регулировать свои поведенческие реакции.

Тема 2. Если б я был волшебником.

Актуализация эмоционального состояния обучающихся. Способствование переживанию чувств торжества, победы, удачи, уверенности в своих силах.

Тема 3. Я глазами других.

Социально-психологическая компетентность. Выработка новых способов поведения. Позитивный эмоциональный тон общения. Снижение уровня тревожности. Приобретение и закрепление приемлемых стереотипов поведения и способов разрешения конфликтов.

Тема 4. Мальчики и девочки.

Культура взаимоотношений. Позитивные отношения между девочками и мальчиками. Тренировка в определении характера физических движений, сопровождаемых различными мышечными ощущениями.

Раздел 4. Мир вокруг меня.

Цель: налаживание позитивного сотрудничества детей в классном коллективе. Отработка полученного опыта школьной жизни.

Задачи:

1. Организация взаимодействия между обучающимися, создание предпосылок для формирования навыков учебного сотрудничества.
2. Помощь детям в осознании и принятии правил школьной жизни и себя в роли ученика.
3. Формирование у детей отношения друг к другу как к партнерам в учебном сотрудничестве.
4. Создание доброжелательной атмосферы при взаимодействии учащихся.

Тема 1. Я и мир вокруг

Осознание зрения как основного способа познания и установления отношения с миром. Расширение опыта зрительного восприятия предметов ближайшего окружения для улучшения его спонтанного использования в оценке окружающей среды. Развитие зрительной чувствительности посредством восприятия своих собственных движений. Человек среди людей.

Умение воспринимать другого человека, понимать его внутренний мир. Эмоциональная близость. Переживание единства и доверия друг другу. Преодоление эмоциональной замкнутости. Невербальный опыт взаимодействия с другими детьми.

Тема 2. Чем мы похожи

Все люди разные, но у всех людей есть что-то одинаковое (перечисляют, какие одинаковые черты внешнего вида, элементы одежды)

Тема 3. Мир моих увлечений

Обсуждение что любят дети, а что нет. Познакомить с понятием «противоречия». Прививать терпимость к чужому мнению. Учить четко и правильно выражать свои мысли.

#### Тема 4. Твой труд дома

Учить выполнять свои обязанности по дому. Воспитывать уважение к старшим и заботу о них.

#### Раздел 5. Мой внутренний мир.

Цель: закрепление позитивного эмоционального отношения к школе и обучению.

Задачи: 1. Повторение и закрепление знаний и навыков, полученных на предыдущих занятиях.

2. Закрепление положительного эмоционального отношения учащихся к школе, обучению и общению с одноклассниками.

3. Повышение уровня сплоченности класса.

#### Тема 1. В стране «Доброландии и Злосландии».

Тренировка регуляции своих поведенческих реакций. Приобретение и закрепление приемлемых и способов разрешения конфликтов.

Овладение навыками управления своей эмоциональной сферы.

Подражательное воспроизведение чужих эмоций.

#### Тема 2. Учусь владеть собой. Можно и не ссориться

Расширение представления о способах саморегуляции в критическом состоянии. Тренировка умения останавливаться и принимать конструктивное решение в трудных и опасных ситуациях. Понятие о саморегуляции в критических ситуациях. Ввести в обиход понятие «тайм-аут», воспитывать умение управлять своим эмоциональным состоянием.

#### Тема 4. Прощай, первый класс и здравствуй второй!

Обобщение полученных знаний. Закрепление саморегуляции. Далее в таблице 8 представлен календарно-тематический план занятий.

Таблица 8 – Календарно-тематическое планирование занятий

№	Наименование разделов	Всего	В том числе	Вид деятельности
---	-----------------------	-------	-------------	------------------

	и тем	часов	Теория	Практика	
1	2	3	4	6	7
<b>Раздел 1. Здравствуй школа!</b>		<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
1	Введение «Что такое школа». Узнаём и составляем правила поведения в школе.	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	Составляем законы класса Рисуночная диагностика «Я и мои друзья»
1	2	3	4	5	6
2	Как хорошо иметь друзей Школьный этикет	1	1	1	Тест. Составление режима дня
<b>Раздел 2. Изучаем правила общения</b>		<b>5</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	
1	Учимся договариваться.	1	1		Ролевые игры
2	Спор и ссора.	1	1	1	
3	Пойми меня.	1			
4	Уважая себя, уважай других.	1	1		
5	Весь мир – театр	1		1	
<b>Раздел 3. Познаем себя и других</b>		<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
1	Все люди разные.	1	1		
2	«Если б я был волшебником»	1	1	1	Рисунки
3	Я глазами других.	1		1	Тест
4	Мальчики и девочки.	1	1		
<b>Раздел 4. Мир вокруг меня</b>		<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	
1	Я и мир вокруг. Человек среди людей	1	1		рисунки
2	Чем мы похожи	1	1		
3	Мир моих увлечений. Твой труд дома	1		1	
<b>Раздел 5. Мой внутренний мир</b>		<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
1	В стране «Доброландии и Злоландии».	1		1	Ролевые игры Диагностическое исследование
2	Учусь владеть собой	1	1		
3	Можно и не ссориться	1	1		
4	Прощай, первый класс и здравствуй второй!	1		1	Праздничное мероприятие.
<b>Итого</b>		<b>18</b>	<b>10</b>	<b>8</b>	

