



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

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ
КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

**Психолого-педагогическое сопровождение адаптации
первоклассников к условиям образовательной среды школы**

**Выпускная квалификационная работа по направлению
44.04.02 Психолого-педагогическое образование
Направленность программы магистратуры
«Психолого-педагогическое консультирование»
Форма обучения заочная**

Проверка на объем заимствований:
42,04 % авторского текста

Работа рекомендована, к защите
рекомендована / не рекомендована

«11» 01 2022 г.

зав. кафедрой ТиПП

О.А. Кондратьева О.А.

Выполнила:

Студентка группы: ЗФ-310-270-2-1
Зверева Кристина Анатольевна

Научный руководитель:

кандидат педагогических наук,
доцент кафедры ТиПП

Терехова Галина Владимировна

Челябинск
2022

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К УСЛОВИЯМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ ШКОЛЫ.....	8
1.1 Феномен адаптации к школе в психолого-педагогической литературе..	8
1.2 Особенности адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.....	17
1.3 Теоретическое обоснование модели психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.....	26
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К УСЛОВИЯМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ ШКОЛЫ.....	38
2.1 Этапы, методы и методики исследования	38
2.2 Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего исследования.....	46
ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К УСЛОВИЯМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ ШКОЛЫ.....	56
3.1 Программа психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.....	56
3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования	66
3.3 Психолого-педагогические рекомендации родителям и педагогам по формированию адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.....	73
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	85

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	92
ПРИЛОЖЕНИЕ 1 Методики диагностики адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.....	101
ПРИЛОЖЕНИЕ 2 Результаты диагностики адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.....	107
ПРИЛОЖЕНИЕ 3 Программа психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.	110
ПРИЛОЖЕНИЕ 4 Результаты опытно-экспериментального исследования психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.....	130
ПРИЛОЖЕНИЕ 5 Технологическая карта внедрения результатов исследования психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы в практику	136

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность темы. Переход детей к обучению в школе является особым этапом их развития. Процесс адаптации ребенка выступает одним из самых важных моментов его становления в качестве субъекта учебной деятельности. Первая причина заключается в том, что в процессе адаптации к обучению в школе дети получают ориентацию в разрезе правил поведения, что в последующем определяет дальнейшую судьбу их развития. Кроме того, в ходе процесса адаптации формируется коллектив одноклассников со свойственным им уровнем социально-психологической сплоченности. Взаимоотношения между учениками являются мощным средством привлечения личности каждого первоклассника к новым для него социальным функциям, нормам поведения, определенной школьной культуры. Главным выступает сложный фактор привыкания к жизни в стенах школы. Некоторые первоклассники данный процесс проходят просто, без психических травм, а некоторым детям он дается сложно, как следствие, возникает проблема школьной дезадаптации.

С решением проблемы адаптации младших школьников к условиям образовательной среды связано определение целей и принципов организации обучения и воспитания в начальной школе. Гармоничное вхождение в новую для ребенка школьную ситуацию определяется рядом факторов и организационно-педагогических условий, среди которых есть и те, что препятствуют адаптации, и те, что ей способствуют.

Проблему школьной адаптации можно встретить в трудах многих педагогов, психологов, физиологов, медиков. В частности, рассмотрены подходы таких авторов, как О.С. Богданова, А.Я. Варламова, Л.С. Выготский, Х. Айберх, У. Джемс, А.Н. Леонтьев, С.М. Кулик, В.Д. Кислый, А.А. Теличкин, А.Н. Галус, А.Г. Мороз, А.И. Зотова, Б.П. Парыгин, Е.П. Белинская, М.Ю. Кондратьев, А.В. Петровский, А.Г. Маклаков, Ф.Б. Березин. Несмотря на значительный интерес

исследователей к проблеме адаптации первоклассников к обучению в школе многие вопросы остаются слабо изученными.

Актуальность проблемы, ее практическая значимость и недостаточная разработанность в теоретическом и методологическом аспектах определили выбор темы исследования: «Психолого-педагогическое сопровождение адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы».

Цель исследования – теоретически обосновать, разработать и экспериментально проверить эффективность программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

Объект исследования: процесс адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

Предмет исследования: психолого-педагогическое сопровождение адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

Гипотеза:

1) ученикам первых классов начальной школы свойственен разный уровень адаптации;

2) адаптация первоклассников к условиям образовательной среды школы будет успешной, если

– будет разработана модель психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы;

– на основе модели будет реализована и внедрена в воспитательно-образовательный процесс психолого-педагогическая программа, обеспечивающая создание эмоционально-положительного отношения к школе, развитие учебной мотивации, снижение тревожности благодаря специально организованным занятиям, а также работе с родителями с целью привлечения семьи к сопровождению ребенка в процессе обучения

и воспитания на основе верно подобранных психолого-педагогических мероприятий.

Задачи исследования:

1. Изучить феномен адаптации к школе в психолого-педагогической литературе.

2. Выявить особенности адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

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

4. Определить и описать этапы, методы и методики исследования адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

5. Дать характеристику выборки и представить анализ результатов констатирующего эксперимента по исследованию адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

6. Разработать и реализовать программу психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

7. Проанализировать результаты формирующего эксперимента.

8. Разработать психолого-педагогические рекомендации родителям и педагогам по успешной адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

9. Представить технологическую карту внедрения результатов исследования в практику.

Методы и методики исследования. Для решения задач и подтверждения гипотезы исследования были использованы следующие научные методы:

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

2. Эмпирические методы: констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, тестирование по методикам: «Лесенка» (автор В.Г. Щур); «Анкета для определения школьной мотивации» (автор Н.Г. Лусканова); «Проективная методика диагностики школьной тревожности» (автор А.М. Прихожан).

3. Математико-статистический метод: Т-критерий Вилкоксона.

Экспериментальная база исследования: Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 33 г. Челябинска». В исследовании участвовало 20 детей – учащиеся 1 «В» класса, из них 12 мальчиков, 8 девочек в возрасте 7-8 лет.

Результатов исследования обоснованы и достоверны благодаря использованию методологических и теоретических положений; выбором методов и методик согласно объекту исследования, предмету, поставленной цели и обозначенным задачам, а также продолжительностью экспериментальной работы, применением методов математической обработки результатов.

Структура и объем исследования. Выпускная квалификационная работа состоит из введения, трех глав, заключения, списка использованных источников, включающего 75 наименований, и 5 приложений.

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

1.1 Феномен адаптации к школе в психолого-педагогической литературе

Подходов к изучению адаптации достаточно много, при этом назрела необходимость систематического анализа сути адаптации, выявления ее содержания как психологической и педагогической категории. Такая работа даст возможность разобраться в современном положении освоения вопроса, его специфики, а также выявить пути дальнейшего развития. Особое внимание стоит обратить на проблему достаточно широкого толкования дефиниции адаптации.

Изучению адаптации посвящено множество исследований и теоретического (Б.Г. Ананьев, А.Н. Леонтьев, Г.А. Балл, Ж. Пиаже, Г. Селье, А.Ф. Лазурский, С.Л. Рубинштейн и др.), и практического направления (В.А. Энгельгардт, Н.Г. Кджанян, Б.Д. Парыгин, Л.Г. Почебут, В.А. Чикер и др.). На протяжении пройденного десятилетия было проведено много исследований, которые расширили знания по изучаемому вопросу.

О.С. Богданова, А.Я. Варламова, Л.С. Выготский определяют адаптацию как:

– процесс приспособления индивидуальных и личностных способностей к жизни и деятельности в постоянно трансформирующихся условиях;

– взаимодействие человека и окружающей среды применительно к уровню ее активности;

- модификация окружающей среды в зависимости от потребностей и установок человека, либо как результат зависимости личности от среды;
- эволюция, происходящая в условиях психического упорядочения организации и защиты динамического равновесия человека [15; 18; 22].

Х. Айберх впервые ввел категорию «адаптация» во второй половине девятнадцатого века через призму биологии для диагностики чувствительности в результате реакции органов чувств на конкретные стимуляторы [цит. по: 34]. В биологии процесс адаптации представляется основным критерием сохранения и развития вида [52].

В психологическую область дефиницию «адаптация» ввел создатель функционализма У. Джемс. Он полагал, что активной формой адаптации выступает непосредственно поведение. После него и другие приверженцы функционализма внесли достойную лепту в изучение адаптации в разрезе экологической психологии. Психические процессы и формы поведения исследовались с точки зрения разных этапов истории развития [55].

Тип адаптации ввиду психологических особенностей человека необходимо описывать в понимании индивидуальных механизмов приспособления, а именно, в понимании типа нервной системы, жизненного опыта и других конструкторов. Анализ адаптации начал характеризоваться больше социальным, нежели биологическим элементом, при этом категория адаптации стала представлять собой «присвоение» и «овладение» миром общественных предметов. Активность личности с преобразующе-деятельностным характером рассматривается ведущей стороной в адаптации человека. Таким образом, по А.Н. Леонтьеву адаптацию можно описать как активное освоение природной, а также социальной средой, включающей стороны политики, экономики, социума и морали [47].

С.М. Кулик произвела комплексный анализ в изучении адаптации, разграничив течения на биофизиологические, психологический, информационно-коммуникативный [12, с.98].

Три главных направления исследования проблемы адаптации в области психофизиологии выявлены в трудах В.Д. Кислого и А.А. Теличкина:

- клинико-психологические исследования стресса, в которых адаптация исследуется за пределами конкретной предметной деятельности;
- изучение реакций конкретных органов и психических процессов на рабочую нагрузку или на неблагоприятные условия деятельности, в частности имеет значение шум, гипоксия, давление;
- системное изучение психического и физиологического состояния человека в процессе адаптации [11, с.45].

А.Н. Галус, как и А.Г. Мороз обозначает два уровня адаптации: низший и высший. Первый уровень находится в области отношений «организм – природная среда», ему свойственны биологические закономерности. Низший уровень зависит от общественных условий, которые хоть и не влияют на отношения между организмом человека и окружающей средой (природа), но вносят изменения в основные закономерности этой зависимости. Второй уровень лежит в области отношений «личность – социальная среда». Высшему уровню свойственны взаимоотношения человека и общества, он заметно различается с биологической адаптацией [7, с.38].

Анализ теоретических источников позволил выявить следующие подходы к исследованию адаптации:

- системный подход, согласно которому основная характеристика биологических саморегулирующихся систем кроется в их пригодности к подвижному и активному поведению в среде; данным системам свойственна неопределенность и избыточность [18];
- деятельностный подход, согласно которому назревание адаптивной потребности выступает результатом взаимодействия человека со средой адаптации. В этом ракурсе адаптация изучается с точки зрения приспособления к постоянно изменяющимся внешним средовым

факторам, реже по отношению к себе, что трактуется определенными сложностями исследования адаптации в внутриличностном пространстве [1].

Такие науки, как социология, политология, философия, а также психология и педагогика изменяют категорию адаптации в вектор «личность – социальная среда». При этом они учитывают и сохраняют биологические и физиологические формы приспособления, с учетом перемен на всех уровнях организма.

А.И. Зотова, Б.П. Парыгин изучали социально психологическую адаптацию, указывая на то, что необходимо учитывать сложность усвоения новых общественных норм, важно установления и поддержания конкретной социальной роли в коллективе. Ученые и исследователи разграничивают дефиниции «приспособление» и «адаптация»; при этом четко заметна направленность перехода к построению системы продуктивного взаимодействия человека и среды, личности и деятельности от просто пассивного приспособления. Приспособление выступает только одной гранью из многих процесса адаптации, выражая форму первоначального согласования субъекта с объектами адаптации и уже через них со средой [39].

Адаптацию в тесной связи с интеллектуальным развитием исследовали Е.П. Белинская, М.Ю. Кондратьев, А.В. Петровский [43; 61].

А.Г. Маклаков считает адаптацию степенью фактического привыкания личности, ее самовосприятия, определения ее социальной роли, как следствие человек становится удовлетворенным собой и своей жизнью либо нет [17]. Автор выделяет гармоничную личность (адаптированную) и дисгармоничной личность (дезаптированную). Деадаптация может принимать три формы:

- невротическая деадаптация,
- агрессивно-протестная деадаптация,
- капитулятивно-депрессивная деадаптация [17].

Категории «психологическая адаптация» и «психофизиологическая адаптация» вводит в науку Ф.Б. Березин, указывая на то, что главной причиной успешной профессиональной деятельности выступает непосредственно эффективная психологическая адаптация [13].

Д.Б. Эльконин выделяет условия простого переходу детей к новому социальному положению и началу школьного периода – это обязательное коренным образом изменение всей системы отношений с окружающими первоклассника взрослыми и сверстниками; смена привычного образа жизни младшего школьника; создание специфического школьного режима; наличие школьной формы; организация школьных занятий; новые отношения с педагогом, как представителем общества, который контролирует и оценивает ребенка [70].

В момент адаптации к школе необходимо учитывать заметные изменения во внутрисемейных коммуникациях первоклассника, это выступает причиной того, что эффективная социальная адаптация младшего школьника будет обуславливаться не только вложенными усилиями и постоянным трудом учителя, но и от обязательного соответствующего отношения в семье первоклассника. Благоприятный микроклимат в семье ребенка влияет на эмоциональное состояние младшего школьника, и, как результат, на эффективную адаптацию к новым условиям жизнедеятельности.

Успешность дальнейшей социализации первоклассника зависит от благополучия адаптационного периода в школе. Адаптацию к школе делят на три степени – высокую, среднюю, низкую. Внутренняя позиция каждого младшего школьника и его эффективная адаптация находится в прямой зависимости от благополучных условий для образования и развития, подготовленных и в семейном кругу первоклассника, и в стенах школы – это основной компонент успешной адаптации. Также немаловажное значение придается грамотно сформированному отношению к коллективу и определению собственного места в данном конкретном коллективе,

поскольку совместная деятельность оказывает благотворное влияние на социальную адаптацию младших школьников к обучению. Не всем ученикам первых классов адаптационный период дается легко, есть вероятность такого явления как дезадаптация. Дезадаптированных учащихся выделяют в отдельную группу детей, с которыми педагоги и психологи проводят планомерную работу в обязательной связке с родителями.

М.М. Безруких, М.Р. Битянова, В.И. Касаткина называют главными показателями психологической адаптации первоклассников к школе следующие – сформированность адекватного поведения, умение устанавливать коммуникации с другими учениками, педагогами [8; 14].

Факторы, которые во многом зависят от педагога, это грамотная и адекватная организация уроков и дополнительных занятий, правильный режим дня, оценка учителем успехов и неудач в образовательном процессе.

Психологическая адаптация учащихся первых классов к школе охватывает все аспекты психики ребенка: личностно–мотивирующий, волевой, педагогический и познавательный. В процессе обучения главное – научить детей выполнять учебное задание. Для достижения такой цели младшим школьникам необходимо приложить определенные усилия и развить ряд ключевых качеств обучения, таких как:

1. Личность, мотивирующая отношение к школе и учебе: желание (или нежелание) принять учебное задание, выполнить задания учителя, т.е. научиться.

2. Принятие учебного задания: понять задачи, поставленные учителем; Желание выполнить это; стремление к успеху или стремление избежать неудачи.

3. Представления о содержании упражнения и способе его реализации: уровень элементарных знаний и навыков, которые сформировались в начале обучения.

4. Настройка информации: позволяет воспринимать, обрабатывать и сохранять различную информацию в течение всего обучения.

5. Регулирование деятельности: планирование, мониторинг, анализ собственного труда и обучаемости [57].

Как итог, мотивация к обучению не может быть достигнута только благодаря высоким показателям познавательной активности ребенка. Здесь важен общий уровень развития первоклассника и постоянное развитие ведущих черт личности.

Во время адаптации первоклассника к школе происходят наиболее важные изменения в его поведении. Поведенческие изменения, такие как чрезмерное возбуждение и даже агрессивность или, наоборот, летаргия, депрессия и беспокойство, а также недостаточная готовность к обучению, являются индикатором трудностей адаптации. Все изменения в поведении ребенка отражают специфику психологической адаптации к школе [40].

Личная или социальная адаптация связана с желанием и способностью ребенка взять на себя новую роль ученика и достигается с помощью ряда условий:

1. Развитие у детей способности слушать, реагировать на действия педагога, планировать свою работу, анализировать результат – навыки и умения, необходимые для успешного обучения в начальной школе.

2. Развитие способности общаться с другими детьми, строить отношения с окружающими взрослыми, быть общительным и представлять интерес для других – навыки, которые позволяют людям строить отношения со сверстниками и учителями.

3. Создание способности правильно оценивать свои действия и действия своих одноклассников, используя самые простые критерии оценки и самооценки. Другими словами, это устойчивая педагогическая мотивация на фоне позитивных представлений ребенка о себе и низкой тревожности в школе [64].

Важным показателем удовлетворенности детей посещением школы выступает их эмоциональное состояние, которое тесно связано с эффективностью учебной деятельности, усвоением школьных норм поведения, успешностью социальных контактов и, в конечном итоге, формированием внутренней позиции обучающегося

В зависимости от уровня адаптации детей можно разделить на три группы.

1. Первая группа детей адаптируется в первые два месяца обучения. Эти дети относительно быстро вступают в команду, учатся в школе, заводят новых друзей. У них почти всегда хорошее настроение, они спокойны, добры, добросовестны и без явного напряжения отвечают всем требованиям учителя. Иногда они по-прежнему испытывают трудности, либо в контакте с детьми, либо в общении с учителем, потому что все еще трудно выполнить все требования правил поведения. Но к концу октября трудности этих детей обычно преодолеваются, ребенок полностью контролируется и приобретает новый статус ученика, новые требования и новый режим.

2. Вторая группа детей имеет более длительный период адаптации, период, в котором их поведение не соответствует потребностям школы. Дети не могут принять новую учебную ситуацию, общение с учителем, детей. Такие школьники могут играть в классе, уточнить с другом, они не отвечают на замечания учителя или реагируют со слезами и обидой. Как правило, этим детям трудно усваивать учебную программу, и только в конце первой половины года их реакция на потребности учителя была адекватной.

3. Третья группа – дети, у которых социально-психологическая адаптация связана с заметными сложностями. У них негативное поведение, резкое проявление негативных эмоций, они очень усердно изучают учебную программу. Именно на этих детей чаще всего жалуются учителя: они мешают работе в классе [21].

И.А. Коробейников анализирует аспекты успешной адаптации детей и выделяет следующие критерии успеха: удовлетворенность детей учебным процессом и легкость понимания учебной программы. Адаптация будет успешной при высокой степени самостоятельности первоклассника в выполнении учебных задач, при готовности обращаться к взрослому за помощью только после попытки выполнить само задание. Адаптация будет успешной при полном привыкании первоклассника к школьной среде, ребенок доволен межличностными коммуникациями со сверстниками в школе и с учителем [44, с.55].

Е.М. Александровская для исследования категории адаптации первоклассников определила следующие составляющие:

- эффективность обучения;
- адаптация норм поведения в стенах школы;
- эффективные коммуникации со сверстниками;
- эмоциональное благосостояние [1, с.44].

Т.В. Дорожевец описывает трехкомпонентную модель:

1. Академическая адаптация показывает степень, в которой поведение первоклассника идет согласно жизненным стандартам в школе: согласие на требования педагога и темп учебных занятий, освоение свода поведенческих законов в классе, непосредственное отношение к учебному процессу, соответствующая познавательная деятельность в классе и т.д.

2. Социальная адаптация демонстрирует успех ребенка, вступающего в новый коллектив, достаточного количества коммуникационных связей, способности решать межличностные проблемы и т.д.

3. Личная адаптация отмечает степень самопринятия детей как члена новой общественной группы (я школьник) и выражается в форме соответствующего уровня самооценки и уровня стремления в школьном секторе, стремления к самопреобразованию и т.д. [33, с.34].

Таким образом, анализ теоретических источников и основных мнений по исследованию сути и специфики категории адаптации дал возможность резюмировать следующее:

1) понимание сути адаптации в литературе на современном этапе выражается как процесс желаемого/вынужденного вхождения в любую сферу деятельности личности, успешность которого зависит от степени согласованности условий с возможностями организма и психики человека;

2) смысловым наполнением адаптации является поэтапное приобретение удовлетворенности между окружением и личностью с применением взаимного определенного воздействия;

3) эффективность процесса адаптации во многом зависит от взаимозависимости и взаимодополняемости особенностей человека, экологических обстоятельств в стране, психических характеристик личности, психического состояния, психологических реакций на стресс, особенностей учебной деятельности, культуры человека, технологического, научно-информационного развития общества.

Адаптация к школе подразумевает трехкомпонентную модель, состоящую из академической, социальной и личной адаптации.

1.2 Особенности адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы

С приходом в первый класс ребенок, который уже представляет собой личность, всецело осознает, какую роль он сможет играть в скором будущем, он понимает себя в новом пространстве отношений среди других учеников. С приходом в первый класс детей происходят сильные изменения в их обыденной деятельности, коммуникации с другими людьми – новый уклад, новые обязанности, новые коммуникации.

Адаптация первоклассников к школе выступает как некая трансформация сфер ребенка при переходе к систематическому

организованному школьному обучению, в частности познавательной, мотивационной и эмоционально-волевой. С началом школьного обучения коренным образом меняются условия жизнедеятельности учащихся начальной школы; учебная деятельность на данном возрастном этапе развития представляется ведущей [42, с.22].

Ведущей деятельностью первоклассников становится учебная деятельность со свойственной ей результативностью, обязательностью и произвольностью [3].

Цель школьного образовательного учреждения заключается в формировании личности с высоким уровнем общей культуры с легкой ориентацией в современных знаниях о природе, обществе, человеке. Личность должна быть способна к выбору стратегии дальнейшего непрерывного образования и образа жизни в учетом моральных норм, гражданского долга и собственной ответственности. Обозначенная цель достижима благодаря структурированию многоуровневой, поливариантной, открытой, саморазвивающейся системы гуманитарного образования.

Адаптация к школе представляется как процесс привыкания к новым школьным условиям, которые ученики испытывают и понимают по-своему. В дошкольном возрасте большинство детей ходили в детский сад, где их ежедневная жизнь была полна игровых событий, прогулок, дневным сном и ежедневными неуютительными мероприятиями. В школьной среде все меняется: появляются новые требования, режимы становятся более интенсивными, растет необходимость следовать единым требованиям, для чего необходимо больше энергии и времени [48].

Адаптация к школе занимает у первоклассников в среднем от двух-трех недель до шести месяцев. В первые два месяца пребывания в стенах школы возможно легкая застройка фундамента для развития плохой успеваемости в процессе будущего образования. Данному фактору уделяют весомое значение, выделяя важность школьной готовности и

адаптации первоклассников к условиям обучения в новом коллективе (М.М. Безруких, Л.И. Божович, И.В. Дубровина, Н.Г. Лусканова, Р.В. Овчарова,). На это влияют и индивидуальные особенности, и формат школьного учреждения с выбранной разной сложности образовательной программой, также имеет значение уровень готовности каждого ребенка к школе и т.д.

В исследуемом возрасте ребенок уже легко ориентируется в системе семейно-родственных связей, может выбрать соответствующее для себя место среди родственников. Он способен выстраивать коммуникации со старшими и одноклассниками, умеет владеть собственными желаниями, характеризуется наличием самообладания. Первokласснику уже становится понятным, что его поступков анализируются с точки зрения восприятия их окружающими его людьми. Рефлексивные способности достаточно развиты [9].

Психическая жизнь ученика первого класса характеризуется произвольностью. Находясь в дошкольном учреждении дети могли свободно реализовать себя только в игре или с помощью старших, но к возрасту семи лет данный навык становится собственной победой, подвигом самого ребенка и транслируется уже на разные жизненные сферы.

Меняется эмоционально-мотивационная сфера учеников начальной школы. Ученые называют данный процесс синтезом переживаний. Целый ряд неожиданных неудач или новых побед, которые дети переживают, выступают причиной появления устойчивых комплексов неполноценности или, напротив, собственной значимости [10].

Важно заметить выводы специалистов о важности грани в психической жизни ученика первого класса начальной школы, которая на этом этапе помогает выстраивать отношения сотрудничества со сверстниками и педагогами. Правильные коммуникации с детьми такого же возраста – фундамент освоения навыков в учебе [57].

Составные готовности ребенка-первоклассника к школьному обучению с точки зрения психологии можно назвать грани педагогическую, личностную, волевою и интеллектуальную.

Ученые замечают несбалансированность физического и нервно-психического развития первоклассников, и, как следствие, наличие временного ослабления со стороны нервной системы детского организма. Первокласснику свойственна утомляемость выше нормы, непонятное, необъяснимое беспокойство, постоянная потребность в активном движении, смене позы на уроке, бега и прыжках на переменах. В исследуемом возрасте сильно развиваются двигательные функции организма, в частности заметно улучшается координация, причиной чего выступает спорт и физические занятия [20].

М.М. Безруких, С.П. Ефимова полагают, что успешность адаптации к последовательному процессу обучения подчиняется показателям состояния здоровья ребенка, здоровье первоклассника меняется от учебной нагрузки [8, с.18]. Критериями благополучной адаптации детей к школе могут выступать благоприятная динамика работоспособности и ее повышение в течение первых шести месяцев обучения, отсутствие ярких негативных изменений в состоянии здоровья младших школьников и хорошее усвоение первоклассниками учебного материала.

Ученикам начальной школы характерно бурное развитие высших психических функций на фоне развития физики организма, которые неразрывно сопряжены с деятельностью познавательной, а также нравственностью сознания.

Неустойчивость и неорганизованность восприятия характерно ученику начальной школы наравне с любознательностью. Ребенок может перепутать буквы, числа, букву с цифрой, при этом ему интересна и любопытная новая реальность окружающих его вещей. Выраженные детские эмоции сглаживают рассеянность восприятия [36].

Внимание современных учеников первых классов не фиксированное, оно ограничено по объему. У первоклассников преобладает произвольное внимание, хотя они уже могут сосредоточиться на неинтересных им действиях. Данный факт свидетельствует о сложности процесса обучения.

Наряду с мотивацией к обучению и ответственностью за успех учения у семилетнего ученика усиливается и произвольное внимание. У учеников начальной школы происходит смена эмоционально-образного мышления к абстрактно-логическому [68].

Мышление первоклассников развивается во взаимосвязи с речью. Активный вокабуляр увеличивается и уже составляет около семи тысяч слов. Помимо того, что лексический запас увеличивается, появляется навык устного и письменного изложения, активизируется контекстная речь.

Большое значение в когнитивной деятельности первоклассника имеет память, которая характеризуется наглядностью, образностью. Интересный, яркий, логически четкий материал для первоклассника легче в запоминании. Первоклассники проще запоминают не нужную им и даже не интересную информацию: это связано с возрастной особенностью развития всех видов памяти. Воображение семилетнего ученика связано с конкретными предметами [51].

Новые отношения со старшими и одноклассниками, появление других неизвестных ранее видов деятельности и коммуникации, коллективная востребованность – это все влияет на формирование личности ученика начальной школы [48].

Сегодня важно больше внимания уделять проблемам организации нравственного воспитания детей, конкретика которого сводится к воспитанию морали и нравственных качеств, т.к. ученики начальной школы в процессе своего обучения в современном общеобразовательном учреждении уже сам старается ставить оценки с точки зрения морали и

нравственности как своему собственному поведению, так и поступкам одноклассников [49, с.10].

Показатели развития мотивационной сферы ребенка ниже показателей интеллектуальной сферы: необдуманных действий больше, чувствительность выше, переживания ярче [53].

Эмоционально-волевая сфера первоклассников характеризуется откровенностью выражения собственных переживаний, окрашенностью восприятия и воображения, эмоциональной неустойчивостью, важностью оценки достижений педагогом и сверстниками [65].

Первокласснику постоянно нужно внимание, ведь его внешнее поведение тождественно его внутреннему состоянию. Активное формирование интеллектуальных и социальных качеств, а также нравственных понятий закладывается на будущее [57].

На место первоклассника влияют разные составляющие: эффективность в учебном процессе, оценка педагога, талант, темперамент, социальная позиция [16; 37; 42; 45].

В.Р. Цилев называет адаптацией процесс привыкания к законам, нормам и порядкам в школе, нового окружения, условий деятельности [50, с.71].

И.В. Кулагина отмечает, что адаптация – это нужная, обязательная способность к развитию в призме психологического, социального и, конечно, личностного вектора [цит. по: 35].

Итак, адаптацию можно рассматривать не только как приспособление ребенка к успешному функционированию в школьной среде, но и способность к дальнейшему психологическому, личностному, социальному развитию.

Ученые выделяют следующие факторы, влияющие на успешность адаптации ребенка к школе:

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

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

– возраст начала систематического обучения;

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

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

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

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

– соответствующая организация двигательной активности ребенка: двигательная активность – самый эффективный способ своевременного предотвращения утомляемости у детей, поддержания высокой работоспособности [2, с.97].

В исследовании Г.М. Чуткиной выделено три уровня адаптации детей к школе: высокий, средний, низкий [цит. по: 4].

При нарушении успешной адаптации к условиям школьной среды у ребенка может возникнуть состояние дезадаптивности личности, что

является негативным следствием искажения процесса активного приспособления ученика первого класса к новым условиям. Деадаптация может наступить как результат резкого изменения условий среды, к которым ребенок может быть не готов [24].

Анализ работ педагогов и психологов позволяет заключить, что школьная деадаптация – это образование комплекса приспособления детей к школе, который реализуется нарушениями обучения и поведения, конфликтных отношений, психогенных заболеваний и реакций, повышенного уровня тревожности [17].

Современные ученые выделяют ряд причин, определяющих проявления деадаптации обучающихся первого класса:

– неправильные методы воспитания в семье: завышенные ожидания родителей по обучению детей; безразличное отношение к обучению и воспитанию ребенка; акцентирование внимания ребенка на недостатках школы или педагога вместо разговоров о приятных моментах школьной жизни; гиперопека ребенка;

– нарушение отношений в школе в системе «ученик – учитель», «ученик – ученики»: дидактогения (психогенный влияние оказывает сам процесс обучения); дидакалогия (некорректное отношение учителя к ученику), слияние дидактогении и индивидуальной чувствительности центральной нервной системы ребенка; нарушение отношений с одноклассниками;

– индивидуальные особенности психического развития ребенка: невысокий интеллектуальный потенциал; задержка психического развития; гиперактивность; трудности в волевой регуляции поведения, учебной деятельности; несформированность мотивации к обучению; завышенная самооценка и уровень притязаний ребенка или родителей; повышенная чувствительность ЦНС, повышенный уровень тревожности; агрессивность; замкнутость; соматическая ослабленность (хронические заболевания) [23].

Лучшим способом борьбы с осложнениями процесса адаптации ребенка к условиям школьной среды выступает предупреждение и профилактика описанных выше причин проявлений дезадаптации обучающихся первого класса. Социальная профилактика дезадаптации ребенка предполагает выбор педагогом эффективных форм и методов работы, способствующих успешному формированию школьной адаптированности ребенка [21].

Анализируя процесс адаптации первоклассника в школу, целесообразно отметить следующие характеристики процесса адаптации: виды; этапы; уровни. В основном выделяют следующие виды адаптации:

- 1) к новым условиям жизни и деятельности, к физическим и интеллектуальным нагрузкам;
- 2) к новым социальным отношениям;
- 3) к новым условиям познавательной деятельности [45, с.18].

Т.В. Дорожевец выделяет похожий список адаптационных условий первоклассников к обучению в СОШ. Школьная адаптация осуществляется по следующим трем направлениям [33, с.34].

1. Академическая адаптация показывает степень, в которой поведение ребенка соответствует школьным жизненным стандартам: принятие требований учителя и ритма учебной деятельности, овладение правилами поведения в классе, отношение к учебе, адекватная познавательная деятельность в классе и т.д.

2. Социальная адаптация отражает успех ребенка, вступающего в новую социальную группу, в форме усыновления ребенка одноклассником, достаточного количества коммуникационных связей, способности решать межличностные проблемы и т.д.

3. Личная адаптация затрагивает уровень того, как ребенок сам себя принимает с точки зрения члена новой социальной общности. Свойственная форма отражается в уровне самооценки и желания к преобразованию самого себя.

Выделяют три основных этапа адаптации:

- бурная реакция всего организма;
- заметное неустойчивое приспособление;
- приспособление в устойчивой форме [64].

Так как возможности организма имеют пределы своего резерва, продолжительная, затянувшаяся усталость и переутомление заметно вредят здоровью младшего школьника [46].

Таким образом, согласно дефиниции М.Р. Битяновой, отметим, что под адаптацией ребенка к школе мы будем понимать «процесс приспособления его к новому функционированию: выполнение учебных и социальных требований, принятие на себя ролевых обязательств школьника» [14]. Трехкомпонентная модель, состоящая из академической, социальной и личной адаптации, касается эффективности учебной деятельности (понимание учебной программы); адаптации к школьным нормам поведения в процессе обучения (удовлетворенность учебным процессом); успешных социальных коммуникаций и эмоционального благополучия (налаженные отношения с одноклассниками и учителем). Грамотная организация учителем уроков и дополнительных занятий, адекватная оценка педагогом успехов и неудач ребенка, благоприятные отношения в семье первоклассника – условия успешной адаптации к школе.

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

Термин «сопровождение» впервые был представлен в работе Г.Л. Бардиер [цит. по 67].

По определению М.Р. Битяновой, сопровождение – это определенная идеология работы, которая делает возможным соединение целей

психологической и педагогической практики и фокусирует на главном – на личности ребенка [14].

С целью раскрытия понятия психолого-педагогическое сопровождение в качестве основных смысловых единиц используются такие понятия, как взаимодействие, сотрудничество, создание условий, помощь, деятельностная направленность, работа с объектом [40].

Опираясь на результаты теоретического исследования, представленные выше, нами была сконструирована модель психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы. При этом под моделью мы подразумеваем мысленно представляемую или материально выраженную систему, замещающую в процессе изучения и познания некоторую другую, которая находится с ней в отношении сходства [56, с.128].

Под моделью профессор В. И. Долгова определяет знаковый образ системы, в котором фиксируются ее наиболее существенные компоненты и связи, который может выступать дальнейшим образцом [29, с.219].

И.Н. Никулина под моделью описывает представление способов обучения практической деятельности, основанное на личностно-ориентированном подходе, с целью формирования какого – либо качества личности [54, с.48].

В определении модели В.А. Штофф в своей книге «Моделирование и философия» выделяет четыре признака:

- 1) модель – мысленно представленная или материально реализуемая система;
- 2) модель отражает объект исследования;
- 3) модель способна замещать объект;
- 4) изучение модели дает новую информацию об объекте [цит. по: 69].

Практически во всех научных течениях построение и использование моделей представляется ключевым механизмом познания. И.Т. Фролов

уточняет, что «моделирование означает материальное или мысленное имитирование реально существующей системы путем специального конструирования аналогов (моделей), в которых воспроизводятся принципы организации и функционирования этой системы» [цит. по: 38, с.55].

Психологическое моделирование, согласно В. Е. Варшава, – это метод, воспроизводящий определенную психическую деятельность с целью ее исследования или совершенствования путем имитации жизненных ситуаций в лабораторной обстановке [19, с.100].

Анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования, а также сформулированные во введении цель и задачи работы, позволили нам разработать дерево целей исследования на основе системного подхода к процессу целеполагания, разработанный В.И. Долговой [30].

Целеполагание – это определение и постановка цели, или комплекса целей, которая соответствует задаче, представление образа ожидаемого. Осуществление целеполагания необходимо для успешного проведения исследования. Одним из самых наглядных и действенных способов целеполагания является построение дерева целей [31].

Дерево целей – это структурированная, построенная по иерархическому принципу (распределенная по уровням ранжированная) совокупность целей программы, плана, в которой выделены генеральная цель («вершина дерева»); подчиненные ей подцели первого, второго и последующего уровней («ветви дерева») [31].

Как метод планирования дерево целей имеет в своей основе постулаты графов и траекторные векторы к установленным целям, а также точечные векторы на достижение тактических целей [32].

Построение дерева целей обязательно включает две операции, такие как декомпозиция, подразумевающая этап выделения компонентов, и структуризация, характеризующаяся этап выделения связей между

сформированными компонентами. После первого этапа (определения генеральной цели) произведем разделение общей цели на подцели первого уровня, после чего произведем разделение подцелей первого уровня на подцели второго уровня, затем последует разделение подцелей второго уровня на более детальные составляющие [32].

Графическое изображение «Дерева целей» психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы представлено на рисунке 1.

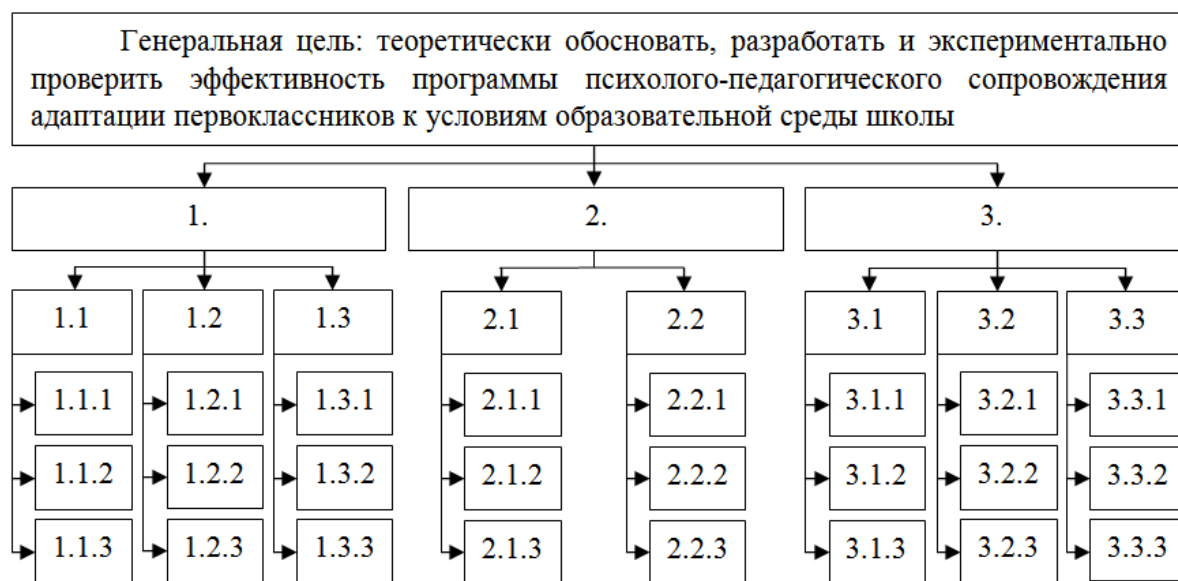


Рисунок 1 – «Дерево целей» психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы

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

1. Проанализировать теоретические основы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы

1.1. Изучить феномен адаптации к школе в психолого-педагогической литературе.

1.1.1. Рассмотреть подходы к изучению адаптации.

- 1.1.2. Изучить понятие и уровни адаптации.
- 1.1.3. Охарактеризовать критерии и показатели адаптации к школе.
- 1.2. Выявить особенности адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.
 - 1.2.1. Дать характеристику эмоционально-мотивационной сфере первоклассников.
 - 1.2.2. Описать особенности физического и нервно-психического развития первоклассников.
 - 1.2.3. Определить факторы успешности адаптации, причины дезадаптации первоклассников.
- 1.3. Теоретически обосновать модель психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.
 - 1.3.1. Построить «дерево целей» по теме исследования.
 - 1.3.2. Рассмотреть понятие «модель».
 - 1.3.3. Построить и обосновать модель психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.
2. Организовать опытно-экспериментальное исследование адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.
 - 2.1. Определить и описать этапы, методы и методики исследования адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.
 - 2.1.1. Определить цель, задачи, этапы опытно-экспериментального исследования.
 - 2.1.2. Обосновать выбор методов исследования.
 - 2.1.3. Подобрать и охарактеризовать методики исследования.
 - 2.2. Дать характеристику выборки и представить анализ результатов констатирующего эксперимента по исследованию адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.
 - 2.2.1. Охарактеризовать выборку исследования.

2.2.2. Провести диагностику адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

2.2.3. Обработать и проанализировать полученные результаты констатирующего этапа эксперимента.

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

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

3.1.1. Составить план осуществления программы, отражающей этапы работы по психолого-педагогическому сопровождению адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

3.1.2. Определить цель и задачи программы.

3.1.3. Описать формы и методы программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

3.2. Проанализировать результаты формирующего эксперимента.

3.2.1. Реализовать программу психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

3.2.2. Осуществить повторную диагностику по методикам, примененным на констатирующем этапе эксперимента.

3.2.3. Проанализировать результаты, полученные после проведения формирующего этапа эксперимента, с помощью Т-критерия Вилкоксона.

3.3. Разработать психолого-педагогические рекомендации родителям и педагогам по успешной адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

3.3.1. Составить рекомендации родителям по успешной адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

3.3.2. Составить рекомендации педагогам по успешной адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

3.3.3. Составить технологическую карту внедрения результатов исследования в практику.

Эффективность процесса психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы в значительной степени зависит от составленной программы. При разработке программы необходимо учитывать методические требования:

- обозначение круга задач, которые должны конкретизировать генеральную цель;
- точная формулировка главных целей работы;
- определение формы работы (индивидуальная, групповая);
- выбор оптимальных методов и техник в соответствии с возрастными, интеллектуальными, физическими возможностями человека;
- разработка метода оценки динамики;
- подготовка помещения, необходимого оборудования, материалов.

С помощью целеполагающего метода «дерева целей» была выстроена логика исследования.

Проведенный нами процесс целеполагания помог определить поэлементный состав модели психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы, которая представлена на рисунке 2.

Разработанная модель психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы состоит из четырех блоков: теоретический, диагностический, формирующий, аналитический.



Рисунок 2 – Модель психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы

Теоретический блок посвящен исследованию источников по изучению психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы. Блок представляет собой обоснование теории и конкретизации этапов, методов и методик согласно задачам исследования. Мы рассмотрели подходы к изучению адаптации, раскрыли содержание понятия адаптации, определили ее уровни, критерии и показатели адаптации к школе; выявили особенности адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы, разработали модель психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы. Нами были использованы методы: анализ и обобщение психолого-педагогической литературы, целеполагание, моделирование.

В диагностический блок включены методики, с помощью которых выявлялся уровень адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы, а именно «Лесенка» (автор В.Г. Щур); «Анкета для определения школьной мотивации» (автор Н.Г. Лусканова); «Проективная методика диагностики школьной тревожности» (автор А.М. Прихожан). Был произведен сбор данных и анализ результатов исследования. Были использованы методы: тестирование, констатирующий эксперимент.

Формирующий блок представлен программой психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы. Программа обеспечивает создание эмоционально-положительного отношения к школе, развитие учебной мотивации, снижение тревожности благодаря специально организованным занятиям, а также работе с родителями с целью привлечения семьи к сопровождению ребенка в процессе обучения и воспитания на основе верно подобранных психолого-педагогических мероприятий. Также в этом блоке нами были обозначены цели программы, рассмотрены методы, используемые для проведения мероприятий, форма и условия проведения

занятий. Были использованы методы: игротерапия, арт-терапия (изотерапия, сказкотерапия), формирующий эксперимент.

Данный блок включает в себя проведение повторной диагностики и анализ результатов исследования, как следствие, оценка эффективности реализации программой психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы. Для выявления сформированности адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы был применен математико-статистический метод; установление динамики на основе результатов диагностики по методикам: «Лесенка» (автор В.Г. Щур), «Анкета для определения школьной мотивации» (автор Н.Г. Лусканова), «Проективная методика диагностики школьной тревожности» (автор А.М. Прихожан). Проведенные методики позволили выявить изменения уровня адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы с применением Т-критерия Вилкоксона.

Предполагаемый результат – изменение уровня адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

Таким образом, представленная модель показывает необходимость разработки и внедрения программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы. В разработанной нами модели сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы процессы, взаимосвязи и блоки взаимозависимы согласно иерархическому принципу. Разработанная модель выступает как наглядно-практический метод работы по сопровождению адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы. Системообразующим фактором данной программы выступает ее конечная цель – изменение уровня адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

Выводы по Главе 1

В данной главе были рассмотрены различные взгляды исследователей на природу адаптации к школе в психолого-педагогической литературе. Адаптация выступает в качестве исходной предпосылки и постоянного условия эффективности деятельности, оптимизации и регуляции человеческого общения, повышения стабильности коллектива. Смысловым наполнением адаптации является поэтапное приобретение удовлетворенности между окружением и личностью с применением взаимного определенного воздействия.

Младший школьный возраст является кризисным периодом в жизни ребенка и описывается в литературе как кризис 7 лет. Важной частью жизни первоклассника становится учение и его роль в развитии психических процессов. Уровень психического развития ребенка в последний период дошкольной жизни достигает необходимого развития для систематического обучения в школе.

Сложность адаптации первоклассников заключается в том, что у ребенка меняется деятельность и среда, в которой он находится, что является следствием изменения поведения. Неспособность перестроить свое поведение, способствуют возникновению так называемых школьных неврозов. Адаптация первоклассников к школе выступает как трансформация сфер ребенка при переходе к систематическому организованному школьному обучению, в частности познавательной, мотивационной и эмоционально-волевой. С началом школьного обучения коренным образом меняются условия жизнедеятельности учащихся начальной школы; учебная деятельность на данном возрастном этапе развития представляется ведущей. Ведущей деятельностью первоклассников становится учебная. Меняется эмоционально-мотивационная сфера учеников начальной школы. Первоклассникам свойственна несбалансированность физического и нервно-психического

развития; утомляемость, необъяснимое беспокойство, постоянная потребность в активном движении; сильное развитие двигательных функций организма; бурное развитие высших психических функций; малоустойчивое внимание; неустойчивость и неорганизованность восприятия. Адаптация к школе подразумевает трехкомпонентную модель, состоящую из академической, социальной и личной адаптации. Трехкомпонентная модель, состоящая из академической, социальной и личной адаптации, касается эффективности учебной деятельности (понимание учебной программы); адаптации к школьным нормам поведения в процессе обучения (удовлетворенность учебным процессом); успешных социальных коммуникаций и эмоционального благополучия (налаженные отношения с одноклассниками и учителем). Грамотная организация учителем уроков и дополнительных занятий, адекватная оценка педагогом успехов и неудач ребенка, благоприятные отношения в семье первоклассника – условия успешной адаптации к школе.

Резюмируя теоретический материал, можно заключить, что от успешности адаптационного этапа в образовательном учреждении во многом зависит благоприятная социализация первоклассников. Для успешной адаптации необходимы достаточный уровень развития социальных навыков, культура общения, высокий уровень учебной мотивации, положительное восприятие самого себя, пониженная тревожность, положительный настрой к учебе. В данной главе была представлена теоретическая модель психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы, которая содержит в себе четыре последовательных блока: теоретический, диагностический, формирующий, аналитический. У каждого блока указаны соответствующие цели и формы работы по сопровождению адаптации первоклассников.

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К УСЛОВИЯМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ ШКОЛЫ

2.1 Этапы, методы и методики исследования

Исследование было реализовано через следующие этапы: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный, контрольно-обобщающий. Каждый этап заключал в себе конкретный набор действий.

1. Поисково-подготовительный этап: нами была изучена психолого-педагогическая литература по изучаемой проблеме; уточнены задачи и цель, объект, предмет, методы и гипотеза исследования; была разработана модель психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

2. Опытно-экспериментальный этап: нами было выявлено оптимальное содержание экспериментальной работы, проводились диагностические срезы по исследуемым показателям по методикам: «Лесенка» (автор В.Г. Щур); «Анкета для определения школьной мотивации» (автор Н.Г. Лусканова); «Проективная методика диагностики школьной тревожности» (автор А.М. Прихожан). Также на этом этапе были выявлены организационные формы и структура исследования, проведен формирующий эксперимент, была апробирована программа психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

3. Контрольно-обобщающий этап: был проведен анализ, выполнено обобщение и систематизация накопленных материалов, повторно были организованы и проведены диагностические срезы с помощью инструментов: «Лесенка» (автор В.Г. Щур); «Анкета для определения школьной мотивации» (автор Н.Г. Лусканова); «Проективная методика диагностики школьной тревожности» (автор А.М. Прихожан), была

произведена интерпретация полученных результатов при помощи математико-статистического метода (Т-критерий Вилкоксона), были оформлены итоги, разработаны методические рекомендации родителям и педагогам, представлена технологическая карта внедрения результатов исследования в практику.

В исследовании были использованы следующие научные методы:

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

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

3. Математико-статистический метод: Т-критерий Вилкоксона.

Для изучения психолого-педагогической литературы по проблеме исследования были использованы следующие теоретические методы: анализ и обобщение, а также моделирование и целеполагание.

Под методами исследования понимаются способы решения научно-исследовательских задач; приемы и средства, посредством которых ученые получают достоверные данные, далее применяемые для построения научных теорий и разработки практических рекомендаций [23].

Методика также является особым средством исследования. В настоящее время разработано большое количество различных методик для психолого-педагогических исследований [70].

Анализ – это мысленное дробление предмета, явления, ситуации на составные элементы; анализом вычленяются явления из тех случайных несущественных связей, в которых они часто даны в восприятии [63]. Характерной особенностью психологического анализа является то, что объектом его изучения является психическая реальность, психические процессы, состояния, свойства человека. Также различные социально-психологические явления, возникающие в группах, коллективах: мнения, общение, взаимоотношения, конфликты, лидерство и др. Методологической основой психологического анализа могут выступать

философские системы, общенаучные принципы познания, а также общепсихологические положения о субъекте, связи внутреннего и внешнего, специфичности психологических закономерностей, которым подчинен тот или иной вид деятельности [58].

В представленной работе была проанализирована литература психолого-педагогического профиля по проблеме исследования для того, чтобы изучить накопленные знания об объекте и предмете исследования. Этот метод позволил зафиксировать установленные факты и четко очертить изучаемую проблему.

Под обобщением понимается логический процесс перехода от единичного к общему, мыслительная операция по установлению общих свойств и признаков предметов, результатом которого выступает обобщенное умозаключение [70]. Простейший вид обобщения, выполненный в плане непосредственного восприятия, позволяет человеку отображать свойства и отношения предметов независимо от частных и случайных условий их наблюдения [25].

Целеполагание – определение и постановка цели, или комплекса целей, которая соответствует задаче, представление образа ожидаемого. Целеполагание подразумевает постановку генеральной цели и совокупности целей (дерева целей), необходимую для успешного проведения исследования, в соответствии с назначением системы, стратегическими установками и характером решаемых задач [27].

Моделирование – это деятельность, направленная на составление, формирование и анализ моделей для указанных целей. Метод моделирование – это метод познания явлений и процессов, который основывается на замене, теоретической либо экспериментальной, объекта исследования похожим на него (моделью). Достоверность таких элементов, как цель, элементы и структуры, определяется по конкретной системе конкретных мероприятий [28]. Основные этапы моделирования: постановка цели, построение модели с использованием системного

подхода к процессу целеполагания и метода «дерево целей», проверка модели на достоверности, применение и обоснование модели [31].

Метод эксперимента подразумевает организацию целенаправленного наблюдения, когда по плану исследователя изменяется частично ситуация, в которой находятся участники эксперимента - испытуемые. Применение метода эксперимента целесообразно в тех случаях, когда исследователю известны подлежащие проверке элементы гипотезы [58].

Констатирующий эксперимент – метод, который применяется для проверки определенных научных предположений, гипотез и обоснования психических явлений, помогает установить наличие какого-либо непреложного факта или явления, определить актуальный уровень развития изучаемого свойства у респондентов [27]. Целью констатирующего этапа данного исследования стало выявление уровня адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

Формирующий эксперимент – метод прослеживания изменений психики в процессе целенаправленного воздействия исследователя на участника эксперимента с целью воспитания и формирования всевозможных сторон психики человека, а также уровней его деятельности и т.д. [63].

Метод тестирования – метод психодиагностического исследования, заключающий в себе требование выполнения респондентом стандартизированных заданий для получения точной количественной или качественной характеристики изучаемого явления. Тест – это кратковременное измерение или испытание, проводимое для определения способностей или состояния человека [53]. Тест – это стандартизированная методика психологического измерения, предназначенная для диагностики выраженности психических свойств или состояний у индивида при решении практических задач. Тест представляет собой серию кратких испытаний (задач, вопросов, ситуаций и пр.). Как правило, показатели выполнения теста (иногда их можно называть «показателями

успешности») выражаются в относительных величинах: за единицу часто принимается та или иная мера вариативности индивидуальных данных. Результаты выполнения тестовых заданий являются индикаторами психических свойств или состояний [58].

Математико-статистический анализ был осуществлен с помощью Т-критерия Вилкоксона, который используется психологами для сопоставления данных, полученных в двух разных условиях на одинаковой выборке респондентов. Он дает возможность установить выраженность и направленность изменений [67]. Первоначально мы исходим из предположения о том, что типичным сдвигом будет сдвиг в более часто встречающемся направлении, а нетипичным, или редким, сдвигом – сдвиг в более редко встречающемся направлении. Данный критерий используется в тех случаях, когда минимальное количество испытуемых, прошедших измерения в двух условиях, пять человек, а максимальное – 50; при этом исключаются нулевые сдвиги, следовательно, количество наблюдений на данное число полученных нулевых сдвигов сокращается.

Алгоритм подсчета Т-критерия Вилкоксона

1. Составить список респондентов.
2. Получить разность между индивидуальными значениями при первой и при второй диагностиках. Выявить «типичный» сдвиг, сформулировать гипотезы.
3. Присвоить полученным разностям абсолютные значения.
4. Проранжировать полученные абсолютные значения от минимального к максимальному. Проверить равенство полученной суммы рангов с расчетной суммой по формуле (1):

$$\sum x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2}, \quad (1)$$

где n – сдвиги.

5. Выделить ранги «нетипичного» направления.
6. Вычислить сумму данных рангов по формуле (2):

$$T_{ЭМП} = \sum Rr, \quad (2)$$

где Rr – ранговые значения сдвигов с более редким знаком.

7. По таблице критических значений T -критерия Вилкоксона определить критические значения для данного количества. При условии, что $T_{эмп}$ меньше или равен $T_{кр}$, заключить, что сдвиг в «типичную» сторону по интенсивности достоверно преобладает.

В исследовании мы использовали следующие психологические методики:

- «Лесенка» (автор В.Г. Щур) [26],
- Анкета для определения школьной мотивации (автор Н.Г. Лусканова) [41],
- Проективная методика диагностики школьной тревожности (автор А.М. Прихожан) [62].

Преимущества выбранных методик состоят в том, что они имеют количественные показатели для обработки, не требуют много времени и специального оборудования для проведения, понятны и доступны.

Дадим характеристику каждой из использованных методик:

1. Методика «Лесенка» (автор В.Г. Щур) направлена на определение картины ребенка в разрезе самооценке, восприятия его окружающими, соотнесения двух эти оценок. Цель исследования: определить особенности самооценки ребенка (как общего отношения к себе) и представлений ребенка о том, как его оценивают другие люди.

Для проведения теста необходимы следующие материалы: нарисованная лесенка, фигурка человечка, лист бумаги, карандаш (ручка).

Методика проводится индивидуально. Процедура исследования представляет собой беседу с ребенком с использованием определенной шкалы оценок, на которой он сам помещает себя и предположительно определяет то место, куда его поставят другие люди.

Результаты позволяют выделить один из четырех уровней: неадекватно-завышенная самооценка, завышенная самооценка, адекватная самооценка, заниженная самооценка. Неадекватно завышенная самооценка

свойственна детям младшего и среднего дошкольного возраста: они не видят своих ошибок, не могут правильно оценить себя, свои поступки и действия. Самооценка детей семи-восемилетнего возраста становится уже более реалистичной, в привычных ситуациях и привычных видах деятельности приближается к адекватной. В незнакомой ситуации и непривычных видах деятельности их самооценка завышенная.

2. Анкета для определения школьной мотивации (автор Н.Г. Лусканова) используется для выявления отношения учеников к школе, учебному процессу, эмоциональное реагирование на школьную ситуацию.

Данная анкета применяется как в индивидуальной форме, так и для групповой диагностики. При этом допустимы два варианта предъявления. Вопросы читаются экспериментатором вслух, предлагаются варианты ответов, а дети должны написать те ответы, которые им подходят. Анкеты в напечатанном виде раздаются всем ученикам, и экспериментатор просит их отметить все подходящие ответы.

В исследовании вопросы анкеты, представленные в таблице, зачитывались вслух, ответы детей фиксировались на бумаге; далее результаты подсчитываются согласно ключу.

Анкетирование может проводиться более одного раза, что дает возможность выявить непосредственно динамику (рост/снижение) школьной мотивации. Если уровень школьной мотивации имеет направленность на уменьшение, то речь идет о дезадаптации первоклассника. При этом рост свидетельствует о положительной динамике в развитии ученика начальной школы [16, с.39].

3. Проективная методика диагностики школьной тревожности (автор А.М. Прихожан) предназначена для выявления уровня школьной тревожности.

Делая качественный анализ каждого респондента, можно идентифицировать уровень школьной тревожности, критерии школьной

дезадаптации – отрицательное отношение к школе, отказ от обучения и посещения уроков; проблемные, ссоры с другими учениками и классным руководителем; настрой на отметки ниже среднего балла, боязнь наказаний и др.

Методику изучения школьной тревожности можно использовать психологам для выявления уровня общей адаптации детей к школе.

Методика проводится с каждым испытуемым индивидуально. Ребенку дается как общая, так и дополнительная инструкции.

Количественный анализ результатов позволяет выявить один из трех уровней – отсутствие школьной тревожности, нормальный уровень школьной тревожности, наличие школьной тревожности

Качественный анализ результатов осуществляется по отдельно взятой картинке, позволяет выявить ситуации, когда первоклассник испытывает трудности: общение с родителями, дорога в школу, взаимодействие с детьми, общение с взрослым (учителем), общение с взрослым (учителем), ситуация урока (желание учиться), ситуация урока (взаимоотношения с учителем и с детьми), ситуация дома, взаимодействие с детьми, ответ у доски.

Подробное описание, инструкции и детали обработки результатов представлены в Приложении 1.

Таким образом, использование каждого метода проходило в полном объеме с учетом взаимной компенсации одним методом другого. Теоретический анализ основ психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы позволил изучить феномен адаптации к школе в психолого-педагогической литературе: Рассмотреть подходы к изучению адаптации, определить понятие и уровни адаптации, охарактеризовать критерии и показатели адаптации к школе, выявить особенности адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы. Комплексная диагностика с

методами позволила продемонстрировать преимущественно достоверную картину.

Опытнo-экспериментальное исследование адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы проходило в три этапа: поисково-подготовительный этап, опытнo-экспериментальный этап, контрольно-обобщающий этап. В работе использовались следующие методы и методики: анализ и обобщение психолого-педагогической литературы, целеполагание, моделирование, констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, тестирование при помощи диагностических инструментов: «Лесенка» (автор В.Г. Щур); «Анкета для определения школьной мотивации» (автор Н.Г. Лусканова); «Проективная методика диагностики школьной тревожности» (автор А.М. Прихожан); метод математической статистики Т-критерий Вилкоксона.

Выбранные методики подходят для исследования адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы, адекватны возрасту испытуемых и поставленной цели исследования. Представленные этапы и методы полностью отвечают задачам и цели исследования.

2.2 Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего исследования

Экспериментальное исследование уровня адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы было проведено в Муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении «Средняя общеобразовательная школа № 33 г. Челябинска». В исследовании участвовало 20 детей – учащиеся 1 «В» класса, из них 12 мальчиков, 8 девочек в возрасте 7-8 лет.

В классе обучается 26 человек. Возраст основного контингента детей соответствует возрасту первого класса. Психологический климат коллектива: доверительный, доброжелательный. Есть гиперактивные дети,

к которым нужен особый подход, индивидуальная программа сопровождения.

На переменах дети любят играть в разные игры: спокойные учащиеся в спокойные игры, рисуют, активные – в подвижные игры или с использованием игрушек.

Спокойные настольные игры нравятся девочкам: они любят рассматривать друг у друга наклейки, играют в куклы, раскрашивают. Драки случаются. Дети признают свои ошибки, извиняются.

Во внеучебное время дети являются активными участниками различных соревнований, конкурсов, занимаются спортом, посещают хор, танцы.

Социальный состав родительской общественности. Полные – 22 семьи. Неполные – 4 семьи. Многодетные – 2 семьи. Малообеспеченные – 5 семей. Семьи с 1 ребенком – 14 семей. Дети-инвалиды – 0 семей. Дети из детского дома – 0 чел. Дети, где вместо родителей – опекуны – нет. Дети группы риска, из неблагополучных семей, состоящие на учете внутри школы, отсутствуют. Семей, в которых родители полностью не контролируют воспитание и учебу детей или вовсе отдалены от школьной жизни, в классе нет. Умственное развитие детей разноуровневое. У большей части детей – уровень средний, у меньшей части – выше среднего, у 8 детей – высокий. Родители проявляют заинтересованность, беспокойство. Дети воспитываются в доброжелательной атмосфере. В большинстве семей отношения между родителями и детьми благоприятные. Родители всех первоклассников посещают родительские собрания, участвуют в жизни школы и класса.

Со слов классного руководителя класс можно охарактеризовать положительно, большинство первоклассников являются хорошистами, есть два отличника. Серьезных трудностей с успеваемостью и дисциплиной в классе не наблюдается. При этом не отмечена высокая активность и высокий мотивационный уровень. Наблюдается некоторая эмоциональная

отстраненность некоторых младших школьников, также классный руководитель отметил сплоченность на недостаточном уровне.

В коллективе много талантливых детей: ученики занимаются танцами, пением, владеют художественным словом, посещают спортивные секции и театральные кружки.

Исследование проводилось в групповой форме на классном часу. Во время исследования присутствовал классный руководитель для поддержания дисциплины, дети были общительны и адекватны. Первоклассники выполняли инструкции четко, правильно, без ошибок.

Экспериментальное исследование было организовано по описанным в п. 2.1 методикам и методам. Представим полученные результаты.

На рисунке 3 представлены итоги диагностики по методике «Лесенка» [Приложение 2, таблица 1].

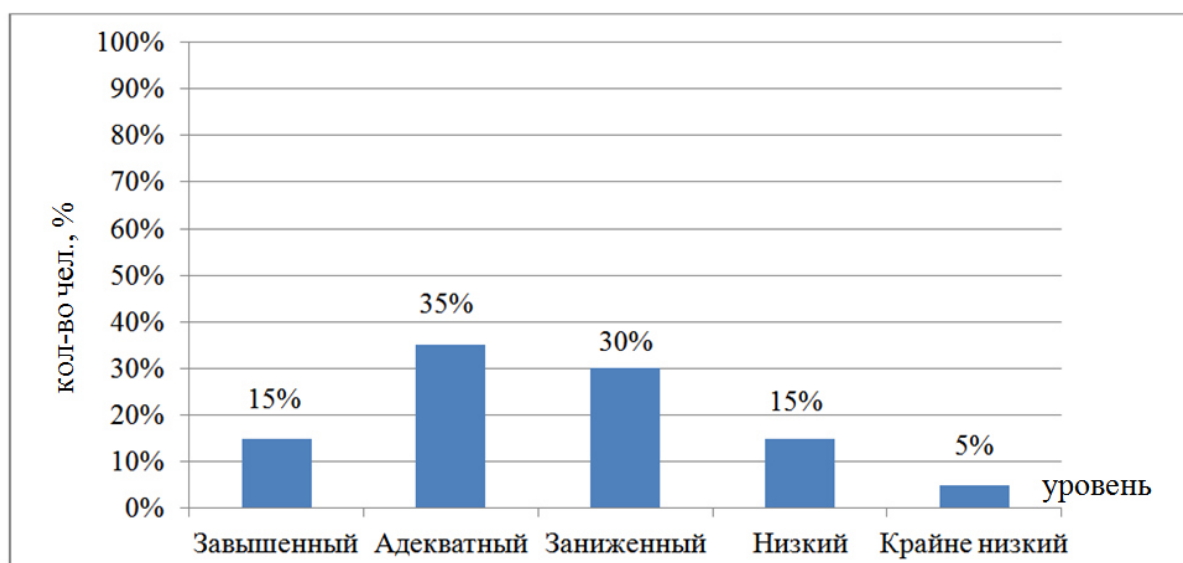


Рисунок 3 – Результаты исследования уровня самооценки первоклассников по методике «Лесенка» (автор В.Г. Щур)

Согласно рисунку 3, 30% первоклассникам (6 респондентов) свойственна несколько заниженная самооценка, данные ученики выбрали для себя лишь четвертую ступень. Обычно, это касается конкретной психологической проблемы отдельно взятого ученика. Низкая самооценка характерна для 15% учеников (3 респондента), которым свойственно ситуативное снижение самооценки.

Можем предположить, что в день диагностики могло что-то случиться: ссора с одноклассником, невысокая оценка на уроке, не до конца сделанное задание в классе и т.д.

Адекватная самооценка в исследуемом классе выявлена у 35% первоклассников (7 респондентов), что говорит о том, что у данных ребят положительное отношение к себе уже сформировано. Первоклассники научились и могут оценивать конкретно собственный труд и деятельность, а также самих себя. 15% учеников исследуемого первого класса (3 респондента) имеют завышенную самооценку, что свойственно ученикам первой ступени начальной школы и является для них возрастной нормой. Только 5% (1 респондент) имеет резко низкую самооценку. Первоклассник, который выбирает самую нижнюю ступень, находится в ситуации школьной дезадаптации, личностного и эмоционального неблагополучия.

Представим результаты диагностики по методике Анкета для определения школьной мотивации, разработанной Н.Г. Лускановой. В ходе диагностического исследования были получены количественные оценки, которые учитывались при выявлении общего уровня школьной мотивации первоклассников. Далее подсчитаны средние значения по всем показателям. Полученные данные представлены на рисунке 4 [Приложение 2, таблица 2].

Результаты диагностирования показывают, что у 15% первоклассников (3 респондента) высокий уровень мотивации, этим первоклассникам нравится в школе находиться, учеба для них удовольствие, приносит радость, выполненные задания воспринимаются как очередные победы, новые упражнения и указания учителя воспринимаются позитивно. В школе этим первоклассникам спокойно, настрой положительный. Отношение и к учителю, и к одноклассникам благоприятное.

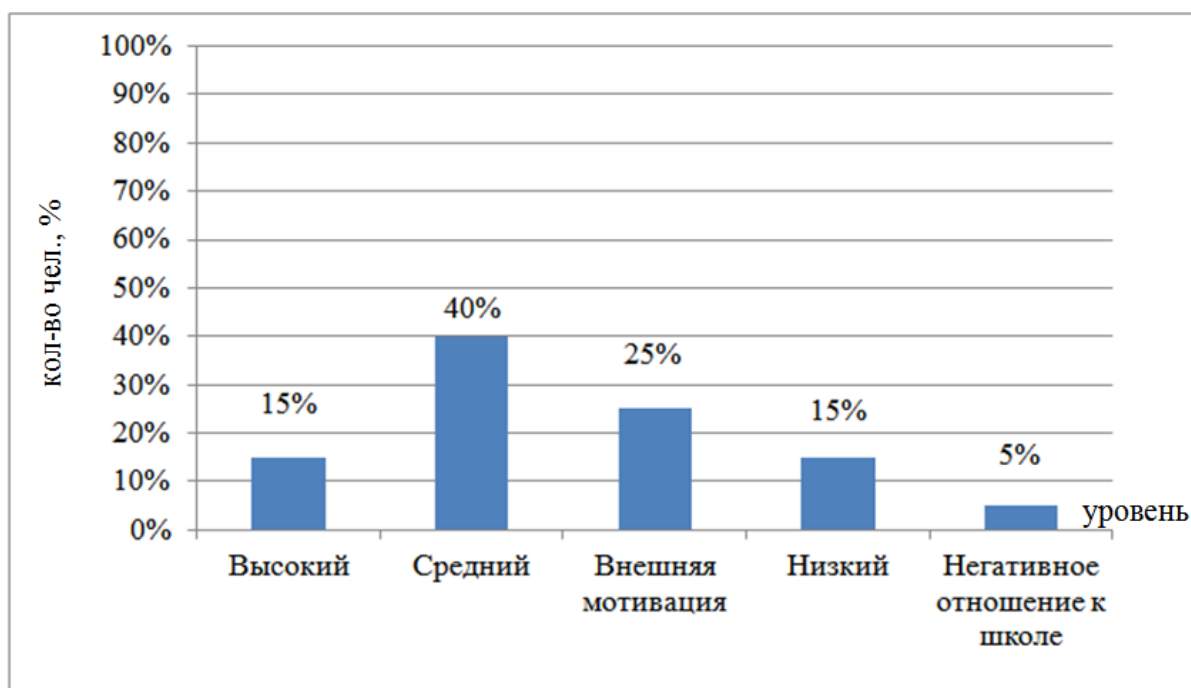


Рисунок 4 – Результаты исследования уровня школьной мотивации первоклассников по методике «Анкета для определения школьной мотивации» (автор Н.Г. Лусканова)

40% учеников (8 респондентов) имеют среднюю мотивацию к обучению в школе. Адаптация к школе у этих детей протекает на достаточно среднем уровне, им характерен не широкий ряд проблем в принятии и понимании правил учебного заведения и предписанных в связи с этим норм поведения. Учениками с данным показателем школа воспринимается как интересное место, а не место для получения знаний.

У 25% первоклассников (5 респондентов) внешняя мотивация. Ребенок с внешней мотивацией достаточно уверенно и спокойно ощущает себя в стенах учебного заведения, однако чаще ходит в школу, чтобы иметь коммуникацию с друзьями, с учителем. Они любят само чувство привязанности к категории «ученик», ходить в школьной форме, с модным рюкзаком, красивой канцелярией. То есть таких детей мало интересует учебный процесс как таковой, они не настроены на познавательную активность.

Низкая мотивация отмечена у 15% учеников (3 респондента). Эти первоклассники ходят в школу без желания, могут легко пропускать

занятия. На занятиях могут позволить себе заниматься посторонними делами, даже играми. Испытывают серьезные затруднения в учебной деятельности. Находятся в состоянии неустойчивой адаптации к школе.

5% первоклассников (1 респондент) имеет негативное отношение к школе, ему свойственна школьная дезадаптация. У ребенка большие сложности в обучении: учебная деятельность дается ему не легко, коммуникации с одноклассниками проблемные, в общении со старшими людьми также испытывает определенные трудности. Часто школа предстает как небезопасное место, в ней очень сложно находиться данному ученику.

На рисунке 5 показаны количественные итоги исследования по проективной методике диагностики школьной тревожности (автор А.М. Прихожан) [Приложение 2, таблица 3].

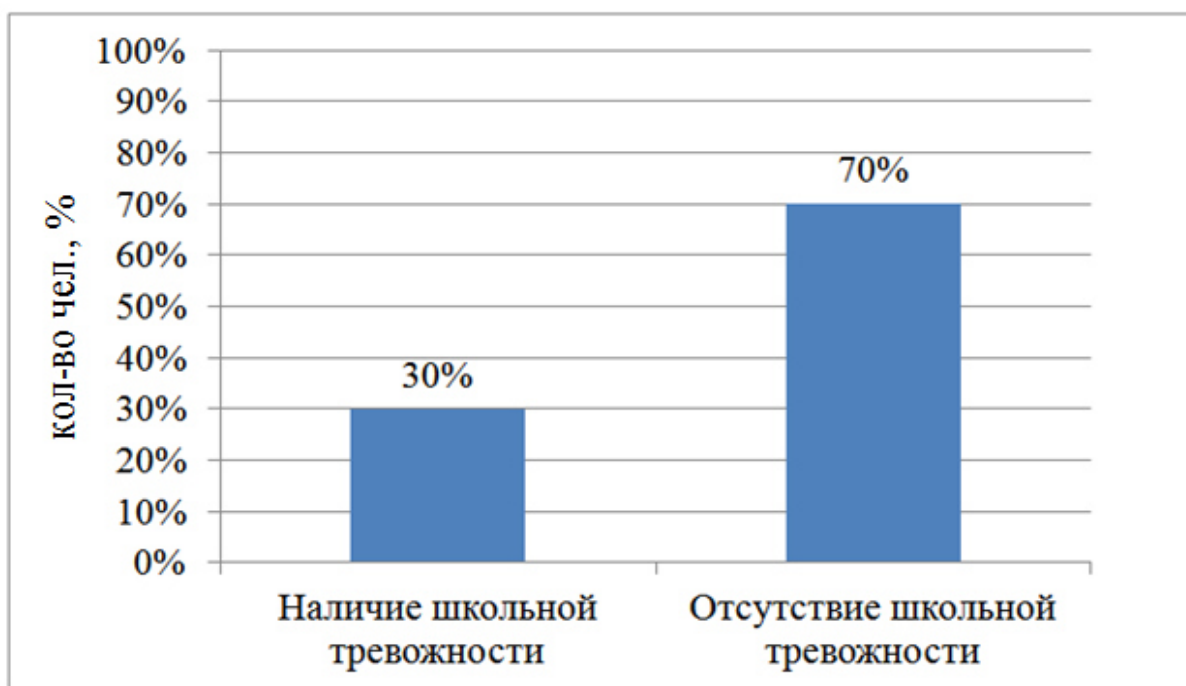


Рисунок 5 – Результаты исследования наличия школьной тревожности первоклассников по проективной методике диагностики школьной тревожности (автор А.М. Прихожан)

Результаты диагностирования свидетельствуют, что у 30% детей (6 респондентов) обнаружена школьная тревожность, следовательно, беспокойство на уроках при письменных работах и/или ответах у доски;

страхе ответного негативного отношения; получении плохого мнения взрослого или даже одноклассника. Дети часто ощущают некую неполноценность, сомнение в верности своих поступков и поведения. Тревожность затрагивает все стороны детской жизни, влияя не лучшим образом на его физическое и моральное здоровье, и как следствие, ухудшает коммуникацию с миром вокруг.

У 70% человек (14 респондентов) школьная тревожность не обнаружена. Этим первоклассникам нравится в школе находиться, учеба для них удовольствие, приносит радость, выполненные задания воспринимаются как очередные победы, новые упражнения и указания учителя воспринимаются позитивно. В школе этим первоклассникам спокойно, настрой положительный. Отношение и к учителю, и к одноклассникам благоприятное.

Таким образом, цифры, полученные в ходе анкетирования, свидетельствуют о том, что адаптация исследуемых учеников начальной школы находится на недостаточном уровне. Поскольку учебная деятельность для учеников начальной школы выступает новым жизненным этапом, им интереснее любая игровая, привычная им деятельность по сравнению со школьными уроками.

Большие трудности у исследуемых учеников начальной школы в условиях адаптации к школе были связаны с коммуникациями с одноклассниками и учениками из параллели. Учебная программа плохо усваивается по причине высокого уровня двигательной активности. Дети быстро устают физически, концентрированность внимания ухудшается.

Таким образом, проведя диагностику 20 учащихся первого класса, мы обнаружили, что данная группа характеризуется недостаточным уровнем адаптации к школе.

Гипотеза о том, что ученикам первых классов начальной школы свойственен разный уровень адаптации, подтверждена.

Результаты диагностики и наблюдения дают основание для разработки программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

Целевой группой для реализации программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы выступают первоклассники, имеющие заниженный, низкий и крайне низкий уровни самооценки, первоклассники, имеющие среднюю мотивацию к обучению в школе и ниже среднего уровня, а также младшие школьники, которым свойственна школьная тревожность. Участие в программе является добровольным, и в ней могут принимать участие и другие испытуемые первоклассники.

Выводы по Главе 2

Было проведено исследование адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы. В исследовании приняли участие 20 человек. Все испытуемые младшего школьного возраста – учащиеся первого «В» класса МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 33 г. Челябинска». Диагностика первоклассников проводилась по трем методикам.

Опытно-экспериментальное исследование адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы проходило в три этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный и контрольно-обобщающий. В работе использовались следующие методы: теоретические методы (анализ и обобщение психолого-педагогической литературы, целеполагание, моделирование); эмпирические методы (констатирующий тестирование). В исследовании использовались такие психодиагностические методики, как «Лесенка» (автор В.Г. Щур), Анкета для определения школьной мотивации (автор Н.Г. Лусканова),

Проективная методика диагностики школьной тревожности (автор А.М. Прихожан).

В результате исследования были получены следующие результаты. Анализ полученных данных по методике «Лесенка» показал, что 30% первоклассникам (6 респондентов) свойственна несколько заниженная самооценка, низкую самооценку имеет 15% учеников (3 респондента), адекватную самооценку имеют 35% первоклассников (7 респондентов), 15% учеников (3 респондента) имеют завышенную самооценку, 5% (1 респондент) имеет резко низкую самооценку.

Результаты исследования по методике «Анкета для определения школьной мотивации», разработанной Н.Г. Лускановой, выявили, что высокий уровень мотивации у 15% первоклассников (3 респондента), средний уровень 40% учеников (8 респондентов), низкий уровень у 15% учеников (3 респондента), внешняя мотивация свойственна 25% первоклассникам (5 респондентов), 5% первоклассников (1 респондент) имеет негативное отношение к школе.

Так же использовалась проективная методика диагностики школьной тревожности (автор А.М. Прихожан). Результаты диагностирования свидетельствуют, что у 30% детей (6 респондентов) обнаружена школьная тревожность; у 70% человек (14 респондентов) школьная тревожность не обнаружена.

Таким образом, цифры, полученные в ходе анкетирования, свидетельствуют о том, что адаптация исследуемых учеников начальной школы находится на недостаточном уровне. Гипотеза о том, что ученикам первых классов начальной школы свойственен разный уровень адаптации, подтверждена. Результаты диагностики и наблюдения дают основание для разработки программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

Целевой группой для реализации программы сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы

выступают первоклассники, имеющие заниженный, низкий и крайне низкий уровни самооценки, первоклассники, имеющие среднюю мотивацию к обучению в школе и ниже среднего уровня, а также младшие школьники, которым свойственна школьная тревожность. Участие в программе является добровольным, и в ней могут принимать участие и другие испытуемые первоклассники.

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

3.1 Программа психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы

Данные проведенного констатирующего эксперимента указывают на необходимость разработки программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

Пояснительная записка. Цель программы – изменение уровня адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

Задачи формирующей программы:

1. Сформировать у первоклассников понимание позиции школьника.
2. Помочь первоклассникам в формировании дружеских отношений в классе, развить навык сотрудничества.
3. Развить у первоклассников чувство уверенности в себе и своих возможностях.
4. Снизить тревожность первоклассников, научить распознавать свои чувства и чувства окружающих.

5. Сформировать положительное отношение первоклассников к правилам поведения в школе.

Методы формирующей программы: игротерапия, арт-терапия (изотерапия, сказкотерапия).

Форма работы: групповая.

Количество занятий: 10 занятий.

Частота занятий: один раз в неделю.

Продолжительность занятия: 60-90 минут.

Оптимальная численность в группе: 25-27 человек.

Работа в группе осуществлялась по таким принципам, как принцип индивидуализации; гуманистической направленности; активности.

Принцип индивидуализации, как принцип педагогической деятельности подразумевает использование частных средств и методов воспитания, при котором структура занятия строится с учетом индивидуальных различий первоклассника, условий его жизнедеятельности, осуществляется индивидуальный подход, обеспечивается благоприятный микроклимат для изменения уровня адаптации.

Принцип гуманистической направленности предполагает методический подход к первокласснику как к добросовестному и независимому субъекту собственного развития; тактику его взаимосвязи с личностью и коллективом в воспитательном процессе на основе субъект-субъектных отношений.

Принцип активности учитывает процесс деятельности в разрезе его динамики и целостности, направленный на саморазвитие и самодвижение личности с целью поиска и понимания тех психических факторов, которые выходят за пределы привычной деятельности первоклассника.

Методы формирующей программы: игротерапия, арт-терапия (изотерапия, сказкотерапия):

1. Игротерапия – здоровьесберегающая технология включения детей в учебную деятельность, способ обеспечения эмоционального отклика на воспитательные воздействия и создания нормальных (без перегрузок) условий жизнедеятельности.

2. Арт-терапия – здоровьесберегающая технология, которая решает важные задачи возрастного этапа по развитию творческого мышления и воображения, коммуникативных умений, рефлексивных умений, эмоционально-чувственной сферы, способностей к самоанализу и др. Арт-

терапия позволяет первокласснику усваивать и расширять свой опыт, перерабатывать свои жизненные представления:

– изотерапия – воздействие средствами изобразительного искусства: рисованием, лепкой, декоративно-прикладным искусством и т.д.;
– наиболее эффективна в работе с детьми, испытывающими трудности в процессе обучения и социальной адаптации, т.к. изобразительное творчество позволяет понять себя и свои возможности, свободно выразить свои мысли и чувства, освободиться от тревоги и переживаний [66];

– сказкотерапия – воздействие посредством сказки, притчи; – один из наименее травмоопасных способов развивающей и коррекционной работы с младшими школьниками, подразумевающий процесс образования связи между сказочными событиями и поведением в реальной жизни, процесс переноса сказочных смыслов в реальность, т.к. первоклассники в момент «проживания» сказки обучаются навыкам преодоления коммуникационных барьеров и адекватного выражения эмоций и чувств [59].

Программа психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы состоит из вводной, основной и заключительной частей:

1. Вводная часть предполагает обязательное приветствие, направленное на установление благоприятного климата в группе, настрой на совместную деятельность.

2. Основная часть подразумевает настрой на упражнения, разогрев, непосредственно сами упражнения – игра, сказка, изобразительная деятельность.

3. Заключительная часть включает в себя процедуру подведения итогов занятия, релаксационное упражнение, итоговое слово ведущего, процедуру прощания.

В основе построения психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды лежат

принципы индивидуализации; гуманистической направленности; активности.

В основе создания программы занятий включены упражнения и игры, предложенные И.А. Барияк, М.А. Панфиловой [5; 6; 59].

Условия проведения программы: проветриваемое светлое помещение для проведения программы (учебный класс). Для каждого первоклассника альбом, цветные карандаши, фломастеры.

Полное описание занятий программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды представлено в Приложении 3.

Далее представим краткое содержание работы по психолого-педагогическому сопровождению адаптации первоклассников к условиям образовательной среды.

Занятие №1 «И зайчата, и бельчата в первый раз в первый класс». Цель: создать условия для обеспечения эмоционального комфорта первоклассников и благоприятного микроклимата в классе, сформировать понимание позиции школьника.

– Упражнение 1. Приветствие «Снежный ком». Цель: создание эмоционального комфорта, настрой на работу.

– Упражнение 2. Игра «Дракон, кусающий свой хвост». Цель: снятие скованности.

– Упражнение 3. Сказка «Создание "Лесной школы"». Цель: помощь в понимании позиции школьника, на примере эмоциональных переживаний героев сказки развить познавательную активность.

– Упражнение 4. Рисуночный метод «Школа зверей». Цель: развитие ассоциативного мышления с целью понимания позиции школьника.

– Упражнение 5. Релаксационное упражнение «Путешествие на остров Чувств». Цель: развитие ассоциативного воображения.

– Упражнение 6. Ритуал прощания «Круг друзей». Цель: закончить день в дружеской обстановке, создание позитивного настроения.

Занятие №2 «Соберем портфель умело». Цель: научить первоклассников правильному обращению со школьными вещами, бережному отношению к ним.

– Упражнение 1. Приветствие «Клубок». Цель: сплочение группы, настрой на работу.

– Упражнение 2. Игра «Слушай хлопки!». Цель: развитие произвольности поведения.

– Упражнение 3. Сказка «Собирание портфеля». Цель: научение бережному отношению к вещам, осмысление первоклассниками главной идеи сказки.

– Упражнение 4. Рисуночный метод «Кляксы». Цель: развитие у первоклассника ощущения свободы; развитие воображения, умения снимать эмоциональное напряжение.

– Упражнение 5. Релаксационное упражнение «Распускающийся цветок». Цель: снятие напряжения, совместная работа.

– Упражнение 6. Ритуал прощания «Круг друзей». Цель: закончить день в дружеской обстановке, создание позитивного настроения.

Занятие №3 «Школьные правила». Цель: развить у первоклассников аккуратность и самостоятельность, сформировать положительное отношение первоклассников к правилам поведения в школе.

– Упражнение 1. Приветствие «Волшебный клубочек». Цель: создание доброжелательной атмосферы в классе, настрой на работу.

– Упражнение 2. Игра «Паровозик». Цель: формирование коммуникационных навыков.

– Упражнение 3. Сказка «Госпожа Аккуратность». Цель: демонстрация важности аккуратности и самостоятельности, приобретение нового опыта на примере героев сказки.

– Упражнение 4. Рисуночный метод «Ниточная фантазия». Цель: развитие у первоклассников терпения, аккуратности.

– Упражнение 5. Релаксационное упражнение «Солнышко». Цель: расслабление, снятие напряжения.

– Упражнение 6. Ритуал прощания «Круг друзей». Цель: закончить день в дружеской обстановке, создание позитивного настроения.

Занятие №4 «У нас все получится!». Цель: развить у первоклассников чувство уверенности в себе и веры в собственные силы и возможности.

– Упражнение 1. Приветствие «Я сегодня». Цель: развитие доверительного стиля общения, настрой на работу.

– Упражнение 2. Игра «Наши поступки». Цель: научение первоклассников понимать новые требования, сформировать у детей внутреннюю потребность в их исполнении.

– Упражнение 3. Сказка «Ленивец». Цель: осмысление первоклассниками главной идеи сказки – адекватное отношение к результатам в учебном процессе.

– Упражнение 4. Рисуночный метод «Мой страх». Цель: гармонизация эмоционального состояния, снятие напряжения, развитие творческого воображения, коррекция агрессии,

– Упражнение 5. Релаксационное упражнение «Лимон». Цель: расслабление мышц.

– Упражнение 6. Ритуал прощания «Круг друзей». Цель: закончить день в дружеской обстановке, создание позитивного настроения.

Занятие №5 «Для меня препятствий нет!». Цель: научить стремиться к успеху, развить чувство уверенности.

– Упражнение 1. Приветствие «Душевный комплимент». Цель: снятие эмоционального напряжения, настрой на работу.

– Упражнение 2. Игра «В гостях у белки». Цель: формирование позитивного самовосприятия.

– Упражнение 3. Сказка «Домашнее задание». Цель: научение в правильном отношении к урокам и знаниям, развитие познавательной активности.

– Упражнение 4. Рисуночный метод «Мой смешной портрет». Цель: вовлечение в работу, развитие навыков самопрезентации.

– Упражнение 5. Релаксационное упражнение «Солнечный зайчик». Цель: расслабление, снятие напряжения.

– Упражнение 6. Ритуал прощания «Круг друзей». Цель: окончить день в дружеской обстановке, создание позитивного настроения.

Занятие №6 «Законы школы». Цель: сформировать положительные качества личности первоклассника, нравственного и культурного поведения.

– Упражнение 1. Приветствие «Сказочный теремок». Цель: преодоление внутренних барьеров при общении, настрой на работу.

– Упражнение 2. Игра «Превращения». Цель: демонстрация понятия тревожности и ее проявлений.

– Упражнение 3. Сказка «Школьные оценки». Цель: осмысление первоклассниками прямой зависимости оценки от затраченного труда или усвоения материала, проявление новых качеств личности ребенка.

– Упражнение 4. Рисуночный метод «Я и моя семья». Цель: выявить своеобразие эмоционального благополучия первоклассника в семье, зафиксировать позитивное отношение к родным его людям, осознание родственных чувств, чувства безопасности.

– Упражнение 5. Релаксационное упражнение «Путешествие на облаке». Цель: развитие ассоциативного воображения.

– Упражнение 6. Ритуал прощания «Круг друзей». Цель: окончить день в дружеской обстановке, создание позитивного настроения.

Занятие №7 «Мы – одна команда!». Цель: сформировать у первоклассника толерантное отношение к окружающим, сформировать навыки дружеских отношений в классе, развить навык сотрудничества.

– Упражнение 1. Приветствие «Волшебные ладошки». Цель: создание доброжелательного микроклимата, настрой на работу.

– Упражнение 2. Игра «Иголочка и ниточка». Цель: мотивационная подготовка первоклассников к совместной деятельности.

– Упражнение 3. Сказка «Жадность». Цель: знакомство с новым миром предметов в школе, научение первоклассников правильно обращаться со школьными предметами, адекватно относиться к ним, развить аккуратность и самостоятельность.

– Упражнение 4. Рисуночный метод «Обида. Злость». Цель: обучение первоклассников демонстрации эмоций, отделению положительных и отрицательных эмоций, обучение навыкам саморегуляции, выплеск негативных эмоций.

– Упражнение 5. Релаксационное упражнение «Снежная буря». Цель: расслабление.

– Упражнение 6. Ритуал прощания «Круг друзей». Цель: закончить день в дружеской обстановке, создание позитивного настроения.

Занятие №8 «Дружба крепкая не сломается». Цель: научить первоклассников бесконфликтному общению, уважительному отношению к окружающим его людям.

– Упражнение 1. Приветствие «Разожми кулачки!». Цель: снижение уровня тревожности в группе, настрой на работу.

– Упражнение 2. Игра «Снежная баба». Цель: снятие напряжения, тревожности.

– Упражнение 3. Сказка «Шапка-невидимка». Цель: помощь в понимании неадекватности своего поведения и поиск позитивных моделей

с помощью сказочного персонажа, проявление новых качеств личности ребенка.

– Упражнение 4. Рисуночный метод «Несуществующее животное».

Цель: развитие творческого восприятия, эмоциональная разгрузка.

– Упражнение 5. Релаксационное упражнение «Хрустальное путешествие». Цель: расслабление, развитие ассоциативного воображения.

– Упражнение 6. Ритуал прощания «Круг друзей». Цель: окончить день в дружеской обстановке, создание позитивного настроения.

Занятие №9 «Сильные зайчата, смелые бельчата». Цель: снизить тревожность первоклассников, научить распознавать свои чувства и чувства окружающих.

– Упражнение 1. Приветствие «Дует ветер». Цель: создание эмоционального комфорта, настрой на работу.

– Упражнение 2. Игра «Для чего ходят в школу». Цель: осознание первоклассниками необходимости школы.

– Упражнение 3. Сказка «Смешные страхи». Цель: снижение тревожности, страхов, уменьшение негативных эмоций у первоклассников, научение рефлексировать свои поступки, осознавать причины своих волнений через сказочные образы лесных школьников.

– Упражнение 4. Рисуночный метод «Рисование собственной эмоции». Цель: обучение первоклассников выражать собственные эмоции, угадывать чувства и настроения окружающих, обучение навыкам саморегуляции.

– Упражнение 5. Релаксационное упражнение «Полет бабочки». Цель: релаксации, эмоциональная диагностика.

– Упражнение 6. Ритуал прощания «Круг друзей». Цель: окончить день в дружеской обстановке, создание позитивного настроения.

Занятие №10 «Делу – время, потехе – час». Цель: сформировать у первоклассников социально одобряемые формы поведения, сформировать положительное отношение к школьным правилам.

– Упражнение 1. Приветствие «Закончи предложения». Цель: сплочение коллектива первоклассников, настрой на работу.

– Упражнение 2. Игра «Пересядьте все те, у кого...». Цель: группообразование.

– Упражнение 3. Сказка «Игры в школе». Цель: помощь в снижении школьной тревоги у первоклассников, формирование позитивных моделей поведения в реальной жизни, приобретение нового опыта.

– Упражнение 4. Рисуночный метод «Двое с одним мелком». Цель: создание дружественной атмосферы, формирование социального доверия, сплоченности.

– Упражнение 5. Релаксационное упражнение «Росток». Цель: расслабление тела.

– Упражнение 6. Ритуал прощания «Круг друзей». Цель: закончить день в дружеской обстановке, создание позитивного настроения.

Программа психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды была составлена с учетом работ таких авторов, как Ирина Анатольевна Бариляк, Марина Александровна Панфилова [5; 6; 59]. В основе построения программы лежат принципы индивидуализации; гуманистической направленности; активности. Программа направлена на формирование у первоклассников понимание позиции школьника; формирование дружеских отношений в классе, развитие навыка сотрудничества; развитие чувства уверенности в себе и своих возможностях; снижение тревожности; формирование положительного отношения к школьным правилам поведения. В ходе занятий создается позитивная установка, условия для демонстрации индивидуальности, социализация первоклассников; формируются

представления о роли ученика начальной школы, уверенность вести себя перед аудиторией, навыки коммуникации; тренируются навыки взаимопонимания и управления эмоциями. Первоклассники избавляются от страха публичных выступлений и межличностных коммуникаций.

3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования

В программе приняло участие 20 первоклассников, учащихся 1 «В» класса МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 33 г. Челябинска». После проведения программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды была произведена повторная диагностика. Представим полученные данные в сравнении с первичным опросом.

Полученные результаты по проведенной методике «Лесенка» (автор В.Г. Щур) до и после формирующего эксперимента представлены на рисунке 6 [Приложение 4, таблица 4].

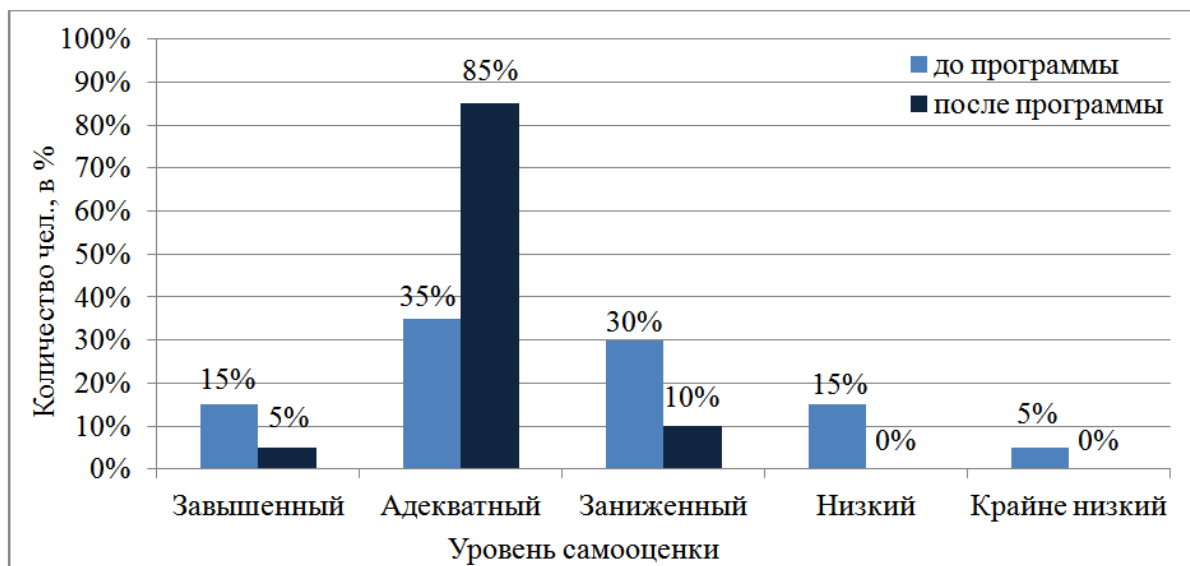


Рисунок 6 – Результаты исследования уровня самооценки первоклассников по методике «Лесенка» (автор В.Г. Щур) до и после формирующего эксперимента

По результатам данной методики, мы видим, что в первом классе среди учеников не выявлены дети с низким и крайне низким уровнем

самооценки. Заниженный уровень свойственен 10% (2 респондента), что на 20% ниже уровня при первичной диагностике. Завышенный уровень характерен лишь 5% (1 респондент), до программы данный показатель составлял 15% (3 респондента). Большинство первоклассников после программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды имеют адекватный уровень самооценки 85% (17 респондентов), что на 50% выше уровня до реализации программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды.

Адекватный уровень самооценки младших школьников подразумевает, что идеальный образ представляется достижимым, он побуждает к самовоспитанию, стремлением развить в себе желательные качества. У первоклассников после прохождения программы повысилась самооценка, находящаяся до реализации программы на низком уровне, это означает, что они стали более уверенными в себе и в своих действиях. Дети научились выражать себя, изменилось отношение к групповой сплоченности. Ученики научились не стесняться говорить о себе в присутствии других людей.

Результаты исследования по методике Анкета для определения школьной мотивации, разработанной Н.Г. Лускановой, до и после формирующего эксперимента представлены на рисунке 7 [Приложение 4, таблица 5].

По анализу данных, полученных в ходе вторичной диагностики первоклассников, можно заключить, что уже 30% опрошенных обучающихся (6 респондентов) имеют высокий уровень школьной мотивации, что на 15% выше первичного среза, когда высокий уровень школьной мотивации был выявлен только у 15% первоклассников (3 респондента).

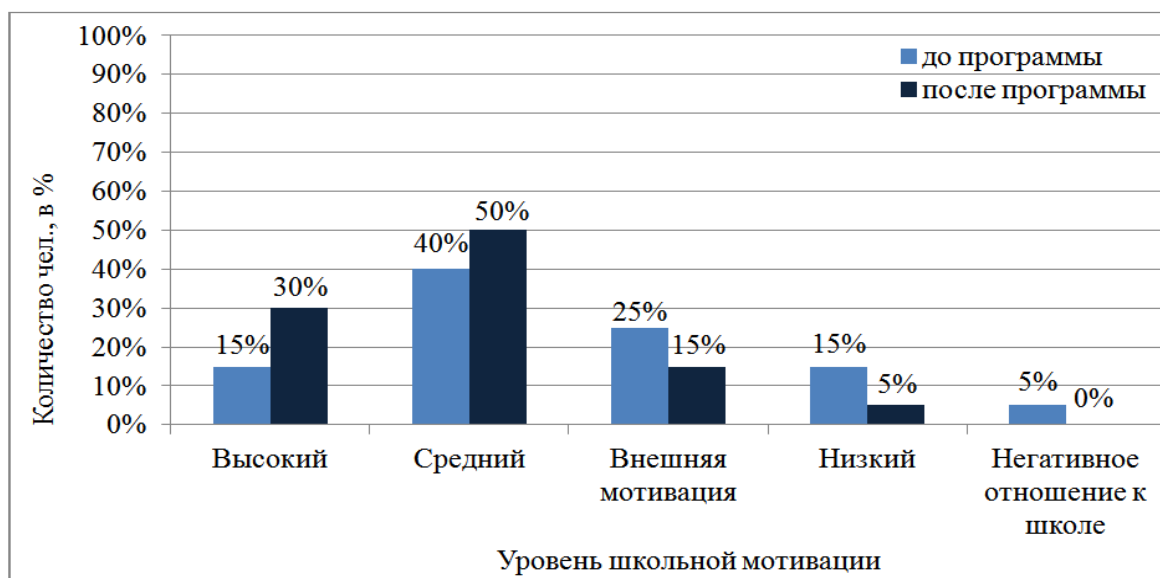


Рисунок 7 – Результаты исследования уровня школьной мотивации первоклассников по методике «Анкета для определения школьной мотивации» (автор Н.Г. Лусканова) до и после формирующего эксперимента

Средний уровень школьной мотивации выявлен у половины первоклассников – 50% (10 респондентов), до программы он был характерен 40% обучающихся начальной школы (8 респондентов). Внешняя мотивация после реализации программы характерна 15% учеников (3 респондента), первичная диагностика выявила внешнюю мотивацию у 25% учеников (5 респондентов), при этом после программы дети из данной группы перешли в группу со средним уровнем школьной мотивации. Низкий уровень школьной мотивации выявлен только у 5% (1 респондент). Негативное отношение к школе не выявлено. У первоклассников повысился положительный уровень отношения к деятельности, сформировались коммуникативные навыки. Ученики научились взаимодействовать группой, сопереживать. Развилась способность положительного отношения к людям, повысился уровень школьной мотивации.

Результаты исследования по проективной методике диагностики школьной тревожности (автор А.М. Прихожан) до и после формирующего

эксперимента показали следующую картину – рисунок 8 [Приложение 4, таблица 6].

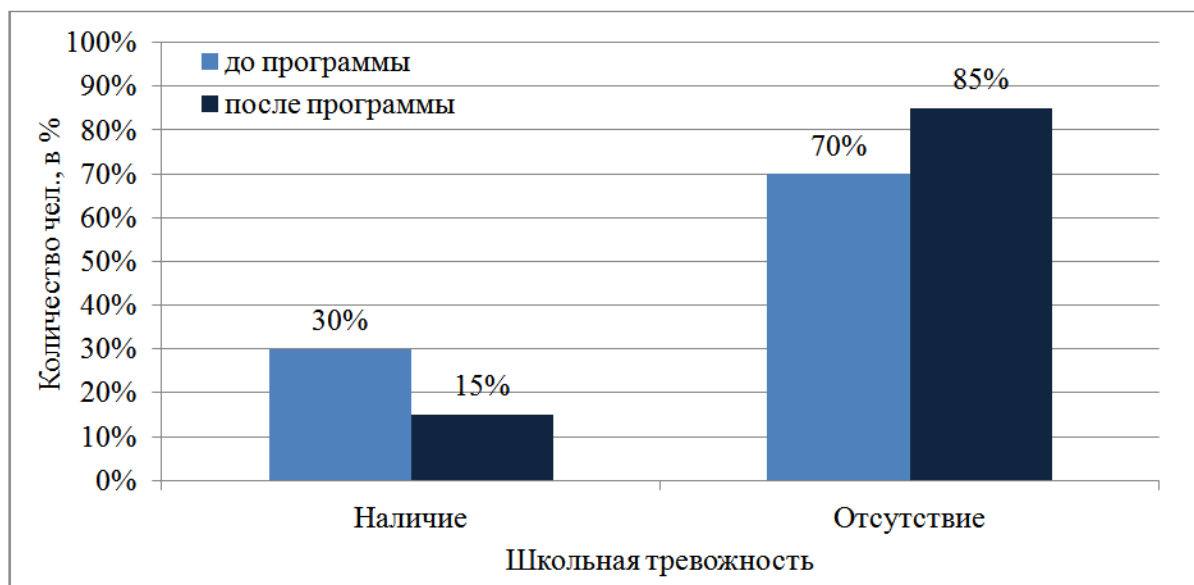


Рисунок 8 – Результаты исследования наличия школьной тревожности первоклассников по проективной методике диагностики школьной тревожности (автор А.М. Прихожан) до и после формирующего эксперимента

После прохождения программы первоклассников со школьной тревожностью стало 15% (3 респондента), представители группы, у которых школьная тревожность не выявлена, составили 85% (17 респондентов).

Классный руководитель отмечает, что проявлений обиды стало намного меньше, малообщительные ребята стали проявлять интерес к событиям школы и класса, стали легче идти на контакт и знакомятся с новыми учениками, переведенными в школу, на переменах уже нет первоклассников, остающихся в одиночестве. У первоклассников стала заметна более уверенная позиция, они успешно организуют продуктивные и качественные коммуникации с окружающими взрослыми людьми и своими сверстниками. Ребята стали использовать в приемы снятия мышечного напряжения, которым научились в процессе прохождения программы; у них заметно повысился уровень самооценивания, первоклассники начали реализовывать себя в

выполнении конкретной деятельности с большим успехом. Ответы у доски стали даваться ученикам легче, дети стали вести себя свободнее и более открыто, ученики ведут себя увереннее, стали меньше стесняться.

Для определения эффективности программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды был выполнен расчет Т-критерия Вилкоксона показателей по всем трем методикам.

Гипотезы:

H_0 – интенсивность сдвигов уровня адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы в направлении его увеличения не превосходит интенсивность сдвигов уровня адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы в направлении его уменьшения.

H_1 – интенсивность сдвигов уровня адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы в направлении его увеличения превосходит интенсивность сдвигов уровня адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы в направлении его уменьшения.

1. Расчет Т-критерия Вилкоксона по методике «Лесенка» (автор В.Г. Щур) позволил выявить, что эмпирическое значение Т попадает в зону значимости (рис. 9) [Приложение 4, таблица 7].

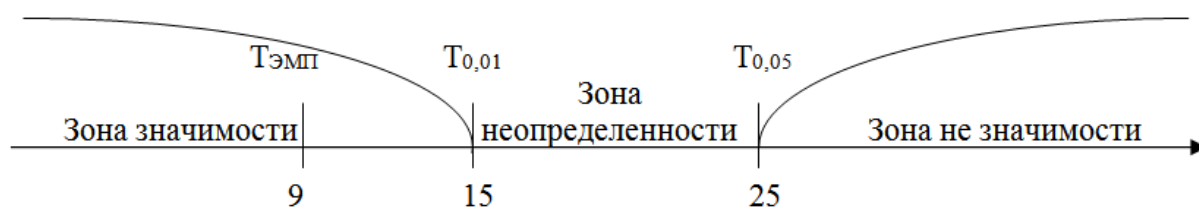


Рисунок 9 – Ось значимости эмпирического значения показателя по методике «Лесенка» (автор В.Г. Щур)

$T_{эмп} < T_{кр}(0,01)$. $T_{эмп}$ находится в зоне значимости ($T_{эмп}=9$ при погрешности в 1%), следовательно, принимается альтернативная гипотеза: интенсивность сдвигов уровня адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы в направлении его увеличения превосходит интенсивность сдвигов уровня адаптации первоклассников к условиям

образовательной среды школы в направлении его уменьшения. Другими словами, значимые сдвиги в адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы до и после проведения психолого-педагогической программы присутствуют.

Таким образом, изменения в уровне адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы, которые произошли после прохождения программы, являются статистически значимыми.

2. Расчет Т-критерия Вилкоксона по методике «Анкета для определения школьной мотивации» (автор Н.Г. Лусканова) свидетельствует: эмпирическое значение Т попадает в зону значимости (рис. 10) [Приложение 4, таблица 8].

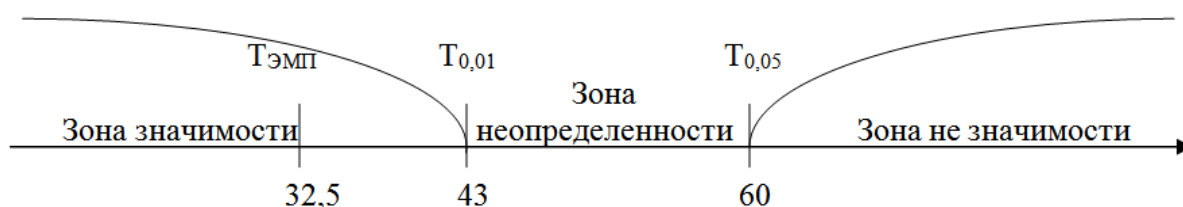


Рисунок 10 – Ось значимости эмпирического значения показателя по методике «Анкета для определения школьной мотивации» (автор Н.Г. Лусканова)

$T_{эмп} < T_{кр}(0,01)$. $T_{эмп}$ находится в зоне значимости ($T_{эмп} = 32,5$ при погрешности в 1%), следовательно, принимается альтернативная гипотеза: интенсивность сдвигов уровня адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы в направлении его увеличения превосходит интенсивность сдвигов уровня адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы в направлении его уменьшения. Значимые сдвиги в адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы до и после проведения психолого-педагогической программы присутствуют.

Таким образом, изменения в уровне адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы, которые произошли после прохождения программы, являются статистически значимыми.

3. Расчет Т-критерия Вилкоксона по методике наличия школьной тревожности первоклассников по проективной методике диагностики школьной тревожности (автор А.М. Прихожан) выявляет, что эмпирическое значение Т попадает в зону значимости (рис. 11) [Приложение 4, таблица 9].

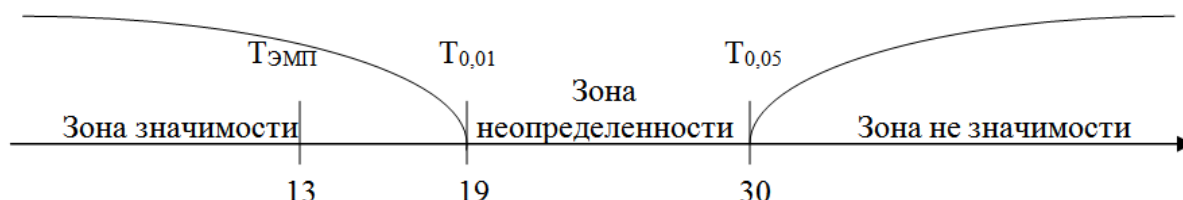


Рисунок 11 – Ось значимости эмпирического значения показателя по методике наличия школьной тревожности первоклассников по проективной методике диагностики школьной тревожности (автор А.М. Прихожан)

$T_{эмп} < T_{кр}(0,01)$. $T_{эмп}$ находится в зоне значимости ($T_{эмп}=13$ при погрешности в 1%), следовательно, принимается альтернативная гипотеза: интенсивность сдвигов уровня адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы в направлении его увеличения превосходит интенсивность сдвигов уровня адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы в направлении его уменьшения. Значимые сдвиги в адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы до и после проведения психолого-педагогической программы присутствуют.

Следовательно, изменения в уровне адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы, которые произошли после прохождения программы, являются статистически значимыми.

Таким образом, гипотеза исследования экспериментально подтверждена: адаптация первоклассников к условиям образовательной среды школы будет успешной, если будет разработана модель психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы; на основе модели будет реализована и

внедрена в воспитательно-образовательный процесс психолого-педагогическая программа, обеспечивающая создание эмоционально-положительного отношения к школе, развитие учебной мотивации, снижение тревожности благодаря специально организованным занятиям, а также работе с родителями с целью привлечения семьи к сопровождению ребенка в процессе обучения и воспитания на основе верно подобранных психолого-педагогических мероприятий.

3.3 Психолого-педагогические рекомендации родителям и педагогам по формированию адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы

Работа по сопровождению адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы требует системности, для чего нами была составлена технологическая карта внедрения результатов исследования в практику [Приложение 5].

Технологическая карта содержит семь этапов:

1-й этап «Предварительное освоение предмета сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы в условиях психологической службы школы». В него входят цели:

- изучить психолого-педагогическую литературу по проблеме исследования;
- определить цели и задачи исследования;
- изучить возрастные особенности первоклассников;
- разработать дерево целей исследовательской работы;
- разработать модель как схематическое представление исследовательской деятельности;
- изучить инструментарий психодиагностики по проблеме исследования.

На первом этапе делается анализ, синтез, обобщается материал по проблеме исследования посредством психолого-педагогической литературы; определяются цели и задачи предмета внедрения; делается анализ возрастной психологии по проблеме исследования; анализируются психолого-педагогические источники по целеполаганию и по процессу моделирования; изучается литература по психодиагностике и определению диагностических методик.

Методы работы – анализ, синтез, обобщение, анализ теоретического материала по проблеме, выделение психологических особенностей возрастной категории по проблеме исследования, целеполагание, моделирование, отбор методов и методик для оценки уровня адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

Формами работы выступает самообразование, консультации у научного руководителя, психолога.

На втором этапе «Целеполагание проведения программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы» ставятся цели:

- изучить необходимые документы по проведению психолого-педагогической программы сопровождения;
- определить цели проведения психолого-педагогической программы сопровождения;
- разработать этапы предмета исследования.

Содержание второго этапа сводится к анализу ФЗ «Об образовании РФ» и ФГОС, Образовательной программы МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 33 г. Челябинска»; обоснованию целей и задач проведения психолого-педагогической программы, анализу необходимости проведения программы сопровождения; анализу условий поэтапного проведения психолого-педагогической программы сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

Методы работы – изучение документации и нормативных источников, обсуждение, анализ образовательной деятельности в СОШ, анализ готовности ОУ к проведению психолого-педагогической программы.

Формы работы – беседа по предмету программы с директором СОШ, психологом СОШ, проведение педсовета, организация и проведение семинара, педагогический анализ.

3-й этап «Формирование положительной психологической установки на проведение психолого-педагогической программы сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы в условиях психологической службы школы». В него входит ряд целей:

- выработать состояние готовности у педагогического коллектива образовательного учреждения к освоению процесса проведения исследования;

- сформировать положительную реакцию на проведение исследования у педагогического коллектива, родителей, первоклассников.

Содержание третьего этапа – это работа по формированию мотивации на проведение исследования, пропаганда передового опыта по проведению исследования в ОУ и его значимости для системы образования.

Методы работы – обоснование практического значения проведения исследования; презентации для педагогов; консультации для родителей; тренинг для первоклассников.

Формы работы – семинар-дискуссия, семинар-практикум с участием родителей первоклассников.

4-й этап «Изучение предмета психолого-педагогической программы». В него входят цели:

- изучить необходимые материалы по предмету исследования;
- изучить содержание предмета исследования;

– познакомить педагогов образовательного учреждения с методами, методиками проведения исследования.

Содержание четвертого этапа подразумевает анализ материалов предмета исследования, анализ содержания предмета исследования, изучение методов проведения исследования.

Методы работы – самообразование, обсуждение, наставничество, обмен опытом.

Формы работы – семинары, работа с литературой и информационными источниками, педагогический анализ, тренинг, мастер-классы.

5-й этап «Проведение психолого-педагогической программы сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы в условиях психологической службы школы». Данный этап содержит цели:

– провести констатирующий этап исследования адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы в условиях психологической службы школы;

– обеспечить условия для проведения психолого-педагогической программы сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы в условиях психологической службы школы;

– апробировать психолого-педагогическую программу сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

Содержание пятого этапа – это деятельность, включающая первичный срез по выбранным диагностическим методикам, анализ предметной и развивающей среды в СОШ, реализация психолого-педагогической программы сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

Методы работы – обсуждение, анализ результатов констатирующего эксперимента, презентация для педагогов и психологов СОШ, занятия, дополнительная образовательная деятельность.

Формы работы – педагогическая мастерская, смотр на лучшую предметно-развивающую среду в группе, экспериментальная площадка.

6-й этап «Совершенствование работы по проведению исследования адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы в условиях психологической службы школы». Цели шестого этапа:

- определить результат психолого-педагогической программы;
- совершенствовать условия для проведения психолого-педагогической программы.

Содержание шестого этапа – анализ эффективности психолого-педагогической программы, анализ эффективности оснащения предметной и образовательной среды для проведения психолого-педагогической программы.

Методы работы – диагностика, обсуждение.

Формы работы – мониторинг, семинар, педагогический анализ, доклад на педагогическом совете.

7-й этап «Распространение передового опыта освоения и внедрения предмета исследования». В него включены цели:

- изучить и обобщить опыты внедрения по проблеме исследования;
- осуществить наставничество;
- осуществить пропаганду передового опыта внедрения;
- сохранить и углубить традиции работы над темой.

Содержание седьмого этапа – деятельность, включающая в себя изучение и обобщение опыта, работа по проблеме исследования, методическая и психологическая помощь по внедрению опыта в другие образовательные учреждения, пропаганда опыта внедрения в работе, обсуждение динамики, работа над темой.

Методы работы – посещение, наблюдение, изучение, анализ, наставничество, демонстрация передового опыта педагогами-новаторами, выступление, наблюдение, анализ.

Формы работы – открытые занятия, буклеты, выступление на семинарах в других образовательных учреждениях, семинар-практикум.

Для полноценного обучения первоклассников необходимо в условиях школы создавать условия, подразумевающие нужно количество материалов для учебного и воспитательного процесса, условий для качественного и эффективного физического и психического развития детей, для занятий в творческих мастерских и музыкальных классах с учетом санитарно-гигиенических требований, согласно законодательства в данной сфере.

В школе должна быть организована работы медицинской сестры, которая призвана нести наблюдение за здоровьем учеников, прививочным календарем, с учетом индивидуального подхода.

Важно обращать внимание на полноценное физическое развитие первоклассников. Для чего на уроках необходимо проводить физкультминутки, на переменах - физкультурные развлечения.

Как показывает изучение трудов педагогов и психологов, работающих в первых классах начальной школы, большое внимание они уделяют не только формированию специальных умений, а главное – создают для ребенка условия для формирования способности эмоционально реагировать на окружающий мир, рассуждать, планировать свою деятельность, доводить работу до конца, что является важнейшими факторами в формировании успешной учебной деятельности.

Большое внимание учителя должны уделять речевому развитию ребенка, которое необходимо для успешного дальнейшего обучения.

С целью повышения уровня адаптации детей получение знаний систематически используются такие формы работы, как:

– чтение книг, просмотр любимых анимационных фильмов;

- организация сюжетно-ролевых игр;
- оформление выставок детского рисунка, поделок;
- проведение классных мероприятия, театральных постановок.

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

Эффективность процесса школьной адаптации в значительной мере определяет успешность дальнейшей учебной деятельности, сохранения физического и психологического здоровья детей. Поэтому решение этой проблемы происходит в комплексе, с привлечением к работе не только педагогов, психологов, логопедов, но и детей и их родителей.

Школьным психологом должны проводиться с самого первого дня обучения собеседования с каждым ребенком. Далее в профилактике школьной дезадаптации выступает индивидуальное консультирование родителей.

В первом классе главной задачей адаптационного периода специалисты указывают процесс научения ребенка работать самостоятельно, первокласснику важно научиться обсуждать, высказывать мнение, аргументировать, отстаивать его, уметь задавать вопросы и самому же на них отвечать.

Представляет интерес программа коррекции школьной адаптации под авторством А.В. Петровой, цель которой заключается в организации условий и психологических, и педагогических, которые бы сопровождали благоприятный процесс адаптации:

- эффективная адаптация первоклассников к школе с минимальным количеством проблем дезадаптации;
- умение учителя начальных классов создать систему условий для успешной адаптации первоклассников;

– понимание родителями первоклассников, что для успешной адаптации детей к школе необходима родительская поддержка [60].

Сохранение физического, психического и социального здоровья детей; установление контакта сверстниками, с учителем; формирование адекватного поведения; овладение навыками учебной деятельности – главные условия успешной адаптации.

Задачи:

1. Создание сплоченного классного коллектива.
2. Установление норм взаимоотношений со сверстниками, учителями и другими сотрудниками школы.
3. Предъявление детям единых и обоснованных требований (нормы и правила поведения, режим школьного дня, возможные критерии оценки работы и т.д.).
4. Осуществление развития у детей умений и способностей, необходимых для успешного обучения в начальной школе.
5. Адаптация содержания учебной программы, нагрузки урока возрастным и индивидуальным возможностям, и потребностей обучающихся.

Направления работы по организации успешной адаптации первоклассников:

1. Сотрудничество школы с детским садом.
2. Совместная работа с родителями.
3. Психолого-педагогическая работа с учениками первого класса.

Обеспечить эффективное постепенное развитие ребенка, его успешный переход на следующую ступень обучения помогает сотрудничество школы с детским садом.

Система работы этого сотрудничества предусматривает:

1. Организационная работа: экскурсии будущих первоклассников к школе; приглашение на Праздник первого и последнего звонка; шефская

работа кружков школы; открытые воспитательные мероприятия в школе для детей с ДОУ.

2. Методическая работа: работа учителей начальных классов и воспитателей ДОУ над единой методической проблемой; изучение и анализ программы развития ребенка в дошкольный период и в начальной школе, требований, определенных в нормативных документах; проведение занятий в старших дошкольных группах.

3. Диагностическая и коррекционно-развивающая работа: проведение диагностической работы с детьми пяти-шестилетнего возраста, направленной на выявление уровня развития ребенка, его готовности к обучению; организация специальных занятий с детьми, не посещающих ДОУ; коррекционно-развивающие занятия учителя с детьми (один раз в неделю); проведение обследования дошкольников логопедом; консультации, собрание родителей будущих первоклассников; контроль администрации ДОУ за адаптацией первоклассников.

Система совместной работы с родителями предусматривает:

1. Проведение собрания родителей будущих первоклассников в детском саду с целью сообщения родителям о психолого-педагогических условиях образовательного учреждения на следующем этапе.

2. Запись будущих первоклассников.

3. Весной проведение первых классных собраний с целью ознакомления родителей будущих первоклассников с классным кабинетом, строением, с классным руководителем.

4. В течение учебного года проводятся родительские собрания, индивидуальные консультации, открытые уроки, анкетирование родителей по проблемам адаптации первоклассников.

Деятельность педагогов и психологов в вопросе организации успешной, морально положительной адаптационной среды при переходе из дошкольного учреждения в стены среднего образования направлена на создание следующих психолого-педагогических условий:

1. Организация школьного режима первоклассников.
2. Организация оздоровительно-профилактической работы.
3. Организация учебно-познавательной деятельности.
4. Организация внеурочной учебной деятельности первоклассников.

Итак, начало обучения ребенка в первом классе – сложный этап в его жизни. Для ученика первого класса это не только новые условия быта, жизни и деятельности, но и новые контакты, новые отношения, новые обязанности. Изменяется социальная позиция ребенка: дошкольника на школьника. Игровая деятельность занимает очень важное место в процессе адаптации и в жизни детей, и в образовательном процессе.

Выводы по Главе 3

Программа направлена на изменение уровня адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы. Внедрение разработанной программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы в деятельность педагога-психолога общеобразовательных организаций позволит обучающимся первых классов осознать позицию «школьник», сформировать дружеские отношения в классном коллективе, развить навык сотрудничества, чувство уверенности в себе и своих возможностях, снизить тревожность, сформировать положительное отношение к правилам поведения в школе.

Форма работы групповая. Всего в программе предусмотрено 10 занятий длительностью 60-90 минут каждое, при частоте: одно занятие в неделю. Методы формирующей программы: игротерапия, арт-терапия (изотерапия, сказкотерапия). После реализации программы проводилась повторная диагностика по следующим методикам: «Лесенка» (автор В.Г. Щур), Анкета для определения школьной мотивации, разработанной

Н.Г. Лускановой, проективная методика диагностики школьной тревожности (автор А.М. Прихожан).

После проведения опытно-экспериментальной работы, реализации программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы были получены следующие результаты:

– по методике «Лесенка» (автор В.Г. Щур): заниженный уровень самооценки стал свойственен 10% (2 респондента), что на 20% ниже уровня при первичной диагностике. Завышенный уровень характерен лишь 5% (1 респондент), до программы данный показатель составлял 15% (3 респондента). Большинство первоклассников после программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды имеют адекватный уровень самооценки 85% (17 респондентов), что на 50% выше уровня до реализации программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды;

– по методике «Анкета для определения школьной мотивации», разработанной Н.Г. Лускановой: 30% опрошенных обучающихся (6 респондентов) имеют высокий уровень школьной мотивации, что на 15% выше первичного среза, когда высокий уровень школьной мотивации был выявлен только у 15% первоклассников (3 респондента). Средний уровень школьной мотивации выявлен у половины первоклассников – 50% (10 респондентов), до программы он был характерен 40% обучающихся начальной школы (8 респондентов). Внешняя мотивация после реализации программы характерна 15% учеников (3 респондента), первичная диагностика выявила внешнюю мотивацию у 25% учеников (5 респондентов), при этом после программы дети из данной группы перешли в группу со средним уровнем школьной мотивации. Низкий уровень школьной мотивации выявлен только у 5% (1 респондент). Негативное отношение к школе не выявлено;

– по проективной методике диагностики школьной тревожности (автор А.М. Прихожан): после прохождения программы первоклассников со школьной тревожностью стало 15% (3 респондента), представители группы, у которых школьная тревожность не выявлена, составили 85% (17 респондентов).

Сравнение эмпирического значения с критическими значениями показало, что полученное эмпирическое значение Т-критерия Вилкоксона находится в зоне значимости при проверке гипотез для результатов по всем трем методикам: H_0 отвергается, принимается H_1 (при $p \leq 0,01$): интенсивность сдвигов уровня адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы в направлении его увеличения превосходит интенсивность сдвигов уровня адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы в направлении его уменьшения. Это позволяет утверждать, что изменения в уровне адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы, которые произошли после прохождения программы, являются статистически значимыми.

Гипотеза исследования экспериментально подтвердилась при использовании метода математической статистики: адаптация первоклассников к условиям образовательной среды школы будет успешной, если будет разработана модель психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы; на основе модели будет реализована и внедрена в воспитательно-образовательный процесс психолого-педагогическая программа, обеспечивающая создание эмоционально-положительного отношения к школе, развитие учебной мотивации, снижение тревожности благодаря специально организованным занятиям, а также работе с родителями с целью привлечения семьи к сопровождению ребенка в процессе обучения и воспитания на основе верно подобранных психолого-педагогических мероприятий. Задачи исследования решены, цель исследования достигнута.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Цель исследования – теоретически обосновать, разработать и экспериментально проверить эффективность программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

Нами были рассмотрены различные взгляды исследователей на природу адаптации к школе в психолого-педагогической литературе. Адаптация выступает в качестве исходной предпосылки и постоянного условия эффективности деятельности, оптимизации и регуляции человеческого общения, повышения стабильности коллектива. Смысловым наполнением адаптации является поэтапное приобретение удовлетворенности между окружением и личностью с применением взаимного определенного воздействия.

Младший школьный возраст является кризисным периодом в жизни ребенка и описывается в литературе как кризис 7 лет. Важной частью жизни первоклассника становится учение и его роль в развитии психических процессов. Уровень психического развития ребенка в последний период дошкольной жизни достигает необходимого развития для систематического обучения в школе.

Сложность адаптации первоклассников заключается в том, что у ребенка меняется деятельность и среда, в которой он находится, что является следствием изменения поведения. Неспособность перестроить свое поведение, способствуют возникновению так называемых школьных неврозов. Адаптация первоклассников к школе выступает как трансформация сфер ребенка при переходе к систематическому организованному школьному обучению, в частности познавательной, мотивационной и эмоционально-волевой. С началом школьного обучения коренным образом меняются условия жизнедеятельности учащихся начальной школы; учебная деятельность на данном возрастном этапе

развития представляется ведущей. Ведущей деятельностью первоклассников становится учебная. Меняется эмоционально-мотивационная сфера учеников начальной школы. Первоклассникам свойственна несбалансированность физического и нервно-психического развития; утомляемость, необъяснимое беспокойство, постоянная потребность в активном движении; сильное развитие двигательных функций организма; бурное развитие высших психических функций; малоустойчивое внимание; неустойчивость и неорганизованность восприятия. Адаптация к школе подразумевает трехкомпонентную модель, состоящую из академической, социальной и личной адаптации. Трехкомпонентная модель, состоящая из академической, социальной и личной адаптации, касается эффективности учебной деятельности (понимание учебной программы); адаптации к школьным нормам поведения в процессе обучения (удовлетворенность учебным процессом); успешных социальных коммуникаций и эмоционального благополучия (налаженные отношения с одноклассниками и учителем). Грамотная организация учителем уроков и дополнительных занятий, адекватная оценка педагогом успехов и неудач ребенка, благоприятные отношения в семье первоклассника – условия успешной адаптации к школе.

От успешности адаптационного этапа в образовательном учреждении во многом зависит благоприятная социализация первоклассников. Для успешной адаптации необходимы достаточный уровень развития социальных навыков, культура общения, высокий уровень учебной мотивации, положительное восприятие самого себя, пониженная тревожность, положительный настрой к учебе. Нами была представлена теоретическая модель психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы, которая содержит в себе четыре последовательных блока: теоретический, диагностический, формирующий, аналитический.

У каждого блока указаны соответствующие цели и формы работы по сопровождению адаптации первоклассников.

Исследование адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы было реализовано через следующие этапы: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный, контрольно-обобщающий.

Для проверки гипотезы и решения поставленных задач, были использованы следующие группы методов:

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

2. Эмпирические методы: констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, тестирование по методикам: «Лесенка» (автор В.Г. Щур); «Анкета для определения школьной мотивации» (автор Н.Г. Лусканова); «Проективная методика диагностики школьной тревожности» (автор А.М. Прихожан).

3. Математико-статистический метод: Т-критерий Вилкоксона.

В проведенном нами исследовании адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы приняли участие 20 человек. Все испытуемые младшего школьного возраста – учащиеся первого «В» класса МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 33 г. Челябинска». Диагностика первоклассников проводилась по трем методикам.

Опытно-экспериментальное исследование адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы проходило в три этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный и контрольно-обобщающий. В работе использовались следующие методы: теоретические методы (анализ и обобщение психолого-педагогической литературы, целеполагание, моделирование); эмпирические методы (констатирующий тестирование). В исследовании использовались такие психодиагностические методики, как «Лесенка» (автор В.Г. Щур), Анкета для определения школьной мотивации (автор Н.Г. Лусканова),

Проективная методика диагностики школьной тревожности (автор А.М. Прихожан).

В результате исследования были получены следующие результаты. Анализ полученных данных по методике «Лесенка» показал, что 30% первоклассникам (6 респондентов) свойственна несколько заниженная самооценка, низкую самооценку имеет 15% учеников (3 респондента), адекватную самооценку имеют 35% первоклассников (7 респондентов), 15% учеников (3 респондента) имеют завышенную самооценку, 5% (1 респондент) имеет резко низкую самооценку.

Результаты исследования по методике «Анкета для определения школьной мотивации», разработанной Н.Г. Лускановой, выявили, что высокий уровень мотивации у 15% первоклассников (3 респондента), средний уровень 40% учеников (8 респондентов), низкий уровень у 15% учеников (3 респондента), внешняя мотивация свойственна 25% первоклассникам (5 респондентов), 5% первоклассников (1 респондент) имеет негативное отношение к школе.

Так же использовалась проективная методика диагностики школьной тревожности (автор А.М. Прихожан). Результаты диагностирования свидетельствуют, что у 30% детей (6 респондентов) обнаружена школьная тревожность; у 70% человек (14 респондентов) школьная тревожность не обнаружена.

Таким образом, цифры, полученные в ходе анкетирования, свидетельствуют о том, что адаптация исследуемых учеников начальной школы находится на недостаточном уровне. Гипотеза о том, что ученикам первых классов начальной школы свойственен разный уровень адаптации, подтверждена. Результаты диагностики и наблюдения дают основание для разработки программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

Целевой группой для реализации программы сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы

выступают первоклассники, имеющие заниженный, низкий и крайне низкий уровни самооценки, первоклассники, имеющие среднюю мотивацию к обучению в школе и ниже среднего уровня, а также младшие школьники, которым свойственна школьная тревожность. Участие в программе является добровольным, и в ней могут принимать участие и другие испытуемые первоклассники.

Программа направлена на изменение уровня адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы. Внедрение разработанной программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы в деятельность педагога-психолога общеобразовательных организаций позволит обучающимся первых классов осознать позицию «школьник», сформировать дружеские отношения в классном коллективе, развить навык сотрудничества, чувство уверенности в себе и своих возможностях, снизить тревожность, сформировать положительное отношение к правилам поведения в школе.

Форма работы групповая. Всего в программе предусмотрено 10 занятий длительностью 60-90 минут каждое, при частоте: одно занятие в неделю. Методы формирующей программы: игротерапия, арт-терапия (изотерапия, сказкотерапия).

После реализации программы проводилась повторная диагностика по следующим методикам: «Лесенка» (автор В.Г. Щур), Анкета для определения школьной мотивации, разработанной Н.Г. Лускановой, проективная методика диагностики школьной тревожности (автор А.М. Прихожан).

После проведения опытно-экспериментальной работы, реализации программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы были получены следующие результаты:

– по методике «Лесенка» (автор В.Г. Щур): заниженный уровень самооценки стал свойственен 10% (2 респондента), что на 20% ниже уровня при первичной диагностике. Завышенный уровень характерен лишь 5% (1 респондент), до программы данный показатель составлял 15% (3 респондента). Большинство первоклассников после программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды имеют адекватный уровень самооценки 85% (17 респондентов), что на 50% выше уровня до реализации программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды;

– по методике Анкета для определения школьной мотивации, разработанной Н.Г. Лускановой: 30% опрошенных обучающихся (6 респондентов) имеют высокий уровень школьной мотивации, что на 15% выше первичного среза, когда высокий уровень школьной мотивации был выявлен только у 15% первоклассников (3 респондента). Средний уровень школьной мотивации выявлен у половины первоклассников – 50% (10 респондентов), до программы он был характерен 40% обучающихся начальной школы (8 респондентов). Внешняя мотивация после реализации программы характерна 15% учеников (3 респондента), первичная диагностика выявила внешнюю мотивацию у 25% учеников (5 респондентов), при этом после программы дети из данной группы перешли в группу со средним уровнем школьной мотивации. Низкий уровень школьной мотивации выявлен только у 5% (1 респондент). Негативное отношение к школе не выявлено;

– по проективной методике диагностики школьной тревожности (автор А.М. Прихожан): после прохождения программы первоклассников со школьной тревожностью стало 15% (3 респондента), представители группы, у которых школьная тревожность не выявлена, составили 85% (17 респондентов).

Сравнение эмпирического значения с критическими значениями показало, что полученное эмпирическое значение Т-критерия Вилкоксона находится в зоне значимости при проверке гипотез для результатов по всем трем методикам: H_0 отвергается, принимается H_1 (при $p \leq 0,01$): интенсивность сдвигов уровня адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы в направлении его увеличения превосходит интенсивность сдвигов уровня адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы в направлении его уменьшения. Это позволяет утверждать, что изменения в уровне адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы, которые произошли после прохождения программы, являются статистически значимыми.

Гипотеза исследования экспериментально подтвердилась при использовании метода математической статистики: адаптация первоклассников к условиям образовательной среды школы будет успешной, если будет разработана модель психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы; на основе модели будет реализована и внедрена в воспитательно-образовательный процесс психолого-педагогическая программа, обеспечивающая создание эмоционально-положительного отношения к школе, развитие учебной мотивации, снижение тревожности благодаря специально организованным занятиям, а также работе с родителями с целью привлечения семьи к сопровождению ребенка в процессе обучения и воспитания на основе верно подобранных психолого-педагогических мероприятий.

Были разработаны психолого-педагогические рекомендации родителям и педагогам по формированию адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы, разработана технологическая карта внедрения результатов исследования в практику. Таким образом, гипотеза исследования экспериментально подтвердилась. Задачи исследования решены, цель исследования достигнута.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Александровская, Э. М. Психологическое сопровождение школьников [Текст] : учеб. пособие / Э. М. Александровская, Н. И. Кокуркина, Н. В. Куренкова. – Москва : Академия, 2012. – 116 с.
2. Ананьева, Т. В. Психолого-педагогическое сопровождение семьи, воспитывающей «особого» ребенка [Текст] / Татьяна Ананьева // Воспитание и обучение детей с нарушениями развития. – 2009. – № 1. – С. 64.
3. Артемов, С. Д. Социальные проблемы адаптации [Текст] / Станислав Артемов. – Москва : Норма, 2015. – 197 с.
4. Балашова, Е. Ю. Успешность обучения школьников в современных условиях [Текст] / Елена Балашова // Педагогика и психология. – 2015. – № 10. – С.36-38.
5. Барияк, И. А. Арт-терапевтические техники психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации первоклассников к школе / Ирина Барияк // Международный научно-исследовательский журнал. – 2016. – № 12-4 (54). – С. 122-125.
6. Барияк, И. А. Психологическое сопровождение детей младшего школьного возраста с эмоциональными нарушениями [Текст] / И. А. Барияк, Е. В. Белякова // Вестник Тверского государственного университета. Серия «Педагогика и психология». – 2019. – № 3 (48). – С. 100-107.
7. Безруких, М. Почему учиться трудно? [Текст] / М. Безруких, С. Ефремова, Б. Круглов. – Москва : Семья и школа, 2017. – 310 с.
8. Безруких, М. М. Ребенок идет в школу [Текст] : учеб. пособие / М. М. Безруких, С. П. Ефимова. – 4-е изд., перераб. – Москва : Академия, 2017. – 247 с.
9. Безрукова, С. Б. Особенности работы с детьми младшего школьного возраста. Начальная школа [Электронный ресурс] / Светлана

Безрукова // Воспитательная работа. 2014. – № 3. – Режим доступа : <http://nsportal.ru>. – Загл. с экрана.

10. Белкин, А. С. Основы возрастной педагогики [Текст] / Август Белкин. – Москва : Юрист, 2011. – 350 с.

11. Белшева, С. А. Диагностика школьной дезадаптации [Текст] / Светлана Белшева. – Москва : АСТ, 2017. – 143 с.

12. Беребин, М. А. Психическая и социально-психологическая адаптация : проблемы теории и практики [Текст] / Михаил Беребин. – Челябинск : Изд-во ЮУрГУ, 2012. – 155 с.

13. Березин, Ф. Б. Психологическая и психофизиологическая адаптация человека [Текст] / Феликс Березин. – Санкт-Петербург : Питер, 2016. – 270 с.

14. Битянова, М. Р. Работа психолога в начальной школе [Текст] / М. Р. Битянова, Т. В. Азарова, Е. И. Афанасьева, Н. Л. Васильева. – Москва : Изд-во «Совершенство», 2014. – 352 с.

15. Богданова, О. С. Причины школьной дезадаптации [Электронный ресурс] / Оксана Богданова // Фестиваль педагогических идей «Открытый урок». – Режим доступа : <http://festival.1september.ru>. – Загл. с экрана.

16. Божович, Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте [Текст] / Лидия Божович. – Санкт-Петербург : Питер, 2016. – 398 с.

17. Борисова, Т. С. Метод гигиенической оценки риска дезадаптации детей к школе [Электронный ресурс] / Т. С. Борисова, Л. М. Матюхина. – Минск : МГБУ, 2014. – Режим доступа : <http://www.bsmu.by>. – Загл. с экрана.

18. Варламова, А. Я. Школьная адаптация [Текст] / Антонина Варламова. – 2-е изд., перераб. и доп. – Волгоград : Изд-во ВолГУ, 2015. – 204 с.

19. Варшава, Б. Е. Психологический словарь [Текст] : словарь для вузов / Борис Варшава. – Москва : Академия, 2018. – 146 с.

20. Возрастные особенности младших школьников [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://gimnazia5.ucoz.net/pdf>. – Загл. с экрана.

21. Вострокнутов, Н. В. Школьная дезадаптация: основные понятия, пути и средства комплексного сопровождения ребенка с проблемами развития и поведения [Электронный ресурс] / Николай Вострокнутов. – Москва : Государственный научный центр социальной и судебной психиатрии им. В. П. Сербского. – Режим доступа : <http://www.otrok.ru>. – Загл. с экрана.

22. Выготский, Л. С. Собрание сочинений [Текст] : в 6-ти т. – Т.4. Детская психология / Под ред. Д. Б. Эльконина. – Москва : Педагогика, 2004. – 432 с.

23. Гагай, В. В. Особенности школьной адаптации первоклассников как трудной жизненной ситуации для детей и родителей [Электронный ресурс] / В. В. Гагай, К. Ю. Гринева // Педагогика и психология, – 2013. – № 2. – Режим доступа : <http://cyberleninka.ru>. – Загл. с экрана.

24. Гормин, А. С. Программа «Коррекция школьной дезадаптации» и её реализация в муниципальной системе образования [Электронный ресурс] / А. С. Гормин, С. И. Каплунович // Человек и образование. – 2017. – № 3. – Режим доступа : <http://cyberleninka.ru>. – Загл. с экрана.

25. Диагностика функционального лидерства в малых группах [Электронный ресурс] / Н. П. Фетискин, В. В. Козлов, Г. М. Мануйлов // Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. – Режим доступа : <https://vsetesti.ru/164>. – Загл. с экрана.

26. Диагностические методы мониторинга универсальных учебных действий учащихся 1-7 классов при реализации ФГОС [Электронный ресурс]. – Режим доступа : http://elizavetschool.ucoz.ru/metodrabota/recom/Diagnosticheskie_metody_monitoringa_uud_1-7_kl.pdf. – Загл. с экрана.

27. Долгова, В. И. Изучение тревожности у детей младшего школьного возраста [Электронный ресурс] / В. И. Долгова, Г. М. Клочева, В. А. Бондарчук // Научно-методический электронный журнал «Концепт».

– 2015. – Т. 31. – С. 26–30. – Режим доступа : [http : //e-koncept.ru/2015/95512.htm](http://e-koncept.ru/2015/95512.htm). – Загл. с экрана.

28. Долгова, В. И. Исследование уровня школьной тревожности у младших школьников с задержкой психического развития [Электронный ресурс] / В. И. Долгова, Е. В. Барышникова, С. С. Оленникова // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 44. – С. 110-114. – Режим доступа : [http ://e-koncept.ru/2016/56983.htm](http://e-koncept.ru/2016/56983.htm). – Загл. с экрана.

29. Долгова, В. И. Моделирование процессов формирования профессиональной коммуникативной компетентности [Электронный ресурс] / В. И. Долгова, Е. В. Мельник. – Режим доступа : <http://gisap.eu/ru/node/16560>. – Загл. с экрана.

30. Долгова, В. И. Особенности взаимосвязи волевой регуляции и учебной мотивации младших школьников [Текст] / В. И. Долгова, Ю. А. Рокицкая, Ю. А. Фокина // Культура и образование : от теории к практике. – 2016 – № 1 – С. 4-9.

31. Долгова, В. И. Проблемы технологизации профессиональной деятельности психолога [Электронный ресурс] / В. И. Долгова, Ю. А. Рокицкая, А. А. Коткова // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 44. – С. 81-87. – Режим доступа : [https ://e-koncept.ru/2016/56979.htm](https://e-koncept.ru/2016/56979.htm). – Загл. с экрана.

32. Долгова, В. И. Системные инновационные технологии целеполагания [Текст] / Валентина Долгова. – Режим доступа: <http://gisap.eu/ru/node/16023>. – Загл. с экрана.

33. Дорожевец, Т. М. Психологические особенности школьной адаптации воспитанников детского сада [Текст] / Тамара Дорожевец. – Москва : Норма, 2014. – 182 с.

34. Дружинин, В. Н. Психология общих способностей [Текст] / Владимир Дружинин. – Санкт-Петербург : Питер, 2017. – 368 с.

35. Заика, Д. А. Адаптация первоклассников к школе [Электронный ресурс] / Диана Заика // Молодой ученый. – 2017. – № 12. – С. 333-335. – Режим доступа : <https://moluch.ru/archive/71/12228>. – Загл. с экрана.
36. Кан-Калик, В. А. Учителю о педагогическом общении: кн. для учителя [Текст] / Виктор Кан-Калик. – Москва : Просвещение, 2010. – 190 с.
37. Клапаред, Э. Психология ребенка и экспериментальная педагогика : проблемы и методы. Душевное развитие. Умственное утомление [Текст] / Эдуард Клапаред. – Москва: Либроком, 2017. – 168 с.
38. Клецина, И. С. Психология гендерных отношений. Теория и практика [Текст] / Ирина Клецина. – Санкт-Петербург : Алетейя, 2014. – 408 с.
39. Клопотова, Е. Е. Влияние образовательной ситуации детского сада на познавательную активность дошкольников [Текст] : дисс. ... канд. психол. наук / Екатерина Клопотова. – Москва, 2005. – 133 с.
40. Ковалев, А. Г. Психология личности [Текст] / Александр Ковалев. – Москва : Просвещение, 2016. – 240 с.
41. Козьяков, Р. В. Методы и методики диагностики эмоций [Текст] : учебно-методическое пособие / Роман Козьяков. – Москва : Директ–медия, 2017. – 162 с.
42. Коломинский, Я. Л. Психология взаимоотношений в малых группах (общие и возрастные особенности) [Текст] : учеб. пособие / Яков Коломинский. – Минск : Тетра Системс, 2018. – 432 с.
43. Кондратьев, М. Ю. Социальная психология в образовании [Текст] / Михаил Кондратьев. – Москва : ПЕР СЭ, 2018. – 272 с.
44. Коробейников, И. А. Нарушения развития и социальная адаптация [Текст] : монография / Игорь Коробейников. – Москва : Норма, 2017. – 300 с.

45. Кравцова, Е. Е. Психологические проблемы готовности детей к обучению в школе [Текст] / Е. Е. Кравцова, Г. Г. Кравцов. – Москва : Педагогика, 2015. – 211 с.

46. Леонова, Е. В. Адаптация и дезадаптация школьников в контексте требований новых федеральных образовательных стандартов [Электронный ресурс] / Е. В. Леонова, С. С. Шатова, Е. В. Щербакова // Психологическая наука и образование, – 2014. – № 4. – Режим доступа: <http://psyedu.ru>. – Загл. с экрана.

47. Леонтьев, А. Н. Деятельность, сознание, личность [Текст] : Избр. психол. произведения: В 2-х т. / Алексей Леонтьев. – Т. II. – Москва : Педагогика, 2003. – 610 с.

48. Литвиненко, Н. В. Школьная тревожность как показатель нарушения адаптации школьников к образовательной среде [Текст] / Наталья Литвиненко // Современные проблемы науки и образования. – 2017. – № 5. – С. 603-627.

49. Лукьянова, М. И. Развитие психолого-педагогической компетентности учителя [Текст] / Маргарита Лукьянова. – Москва : ТЦ Сфера. – 2019. – 187 с.

50. Малофеев, Н. Н. Базовые модели интегративного обучения [Текст] / Н. Н. Малофеев, Н. Д. Шматко // Дефектология. – 2018. – № 1. – С. 71-79.

51. Милославова, И. А. Адаптация как социально-психологическое явление [Текст] / Ирина Милославова // Социальная психология и философия. – 2011. – Вып. 2. – С. 13.

52. Налчаджян, А. А. Психологическая адаптация : Механизмы и стратегии [Текст] / Альберт Налчаджян. – Москва : Эксмо Пресс, 2016. – 368 с.

53. Нартова-Бочавер, С. К. Дифференциальная педагогика [Текст] : учеб. пособие / Софья Нартова-Бочавер. – Москва : Флинта. 2016. – 478 с.

54. Науменко, М. В. Особенности взаимосвязи функционального лидерства со степенью выраженности лидерских способностей членов учебных групп различного уровня развития [Электронный ресурс] / М. В. Науменко, Е. Е. Рогова // Наукoведение. – 2013. – № 3. – С. 1-6. – Режим доступа : <https://naukovedenie.ru/PDF/40pvn313.pdf>. – Загл. с экрана.
55. Нечаев, М. П. Теоретические основания развития воспитывающего потенциала образовательной среды школы [Текст] : автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Михаил Нечаев. – Москва : 2011. – 45 с.
56. Никулина, И. Н. Развитие самооценки школьников [Текст] : учеб.-метод. пособие / Ирина Никулина. – Москва : Норма, 2018. – 191 с.
57. Обухова, Л. Ф. Детская психология : теория, факты, проблемы [Текст] : учебное пособие для вузов / Людмила Обухова. – Москва : Тривола, 2018. – 420 с.
58. Остапенко, Р. И. Многомерный анализ данных для психологов [Текст] : учеб.-метод. пособие / Роман Остапенко. – Воронеж : ВГПУ, 2014. – 72 с.
59. Панфилова, М. А. Лесная школа. Коррекционные сказки [Текст] / Мария Панфилова. – Москва : Сфера, 2014. – 96 с.
60. Петрова, А. В. Программа адаптации первоклассников к обучению в школе «Я-школьник» [Электронный ресурс] / Анна Петрова. – Режим доступа : <https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/85808-programma-adaptacii-pervoklassnikov-k-obuchen>. – Загл с экрана.
61. Петровский, В. А. Психология неадаптивной активности [Текст] / Вадим Петровский. – Москва : ТОО Горбунок, 1992. – 224 с.
62. Проективная методика для диагностики школьной тревожности (А. М. Прихожан) / Диагностика эмоционально-нравственного развития [Текст] / Ред. и сост. И. Б. Дерманова. – Санкт-Петербург : Питер, 2012. – 158 с.

63. Райгородский, Д. Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты [Электронный ресурс] / Даниил Райгородский. – Режим доступа : <https://goldbiblioteca.ru>. – Загл с экрана.

64. Рекомендации по изучению готовности первоклассников к обучению в школе [Текст] / Под ред. Г. С. Ковалевой. – Москва : Изд-во РАО, 2012. – 52 с.

65. Сирс, Р. Здоровье ребенка от докторов [Текст] / Роберт Сирс. – Москва : Норма, 2017. – 211 с.

66. Терехова, Г. В. Психолого-педагогические особенности развития креативности в образовательном процессе [Электронный ресурс] / Г. В. Терехова, К. А. Боярская, Н. В. Исакова и др. // *Фундаментальная и прикладная наука*. – 2016. – № 3(3). – С. 55-59. – Режим доступа : <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=27417837>. – Загл. с экрана.

67. Тюрина, Н. В. Понятие адаптации в современной психологии [Электронный ресурс] / Наталья Тюрина // *Вестник АГТУ*, 2017. – № 5. – С. 152-154. – Режим доступа : <http://vestnik.astu.org/Pages/Show/407>. – Загл с экрана.

68. Ушинский, К. Д. Педагогика [Электронный ресурс] / Константин Ушинский. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/k-d-ushinskiy-o-pedagogicheskikh-pravilah-vospitaniya-cheloveka>. – Загл. с экрана.

69. Чернышев, А. С. Организованность и лидерство в молодежных группах: теория, эксперимент, практика [Текст] : Избранные труды / А. С. Чернышев, С. В. Сарычев. – Курск : Изд-во Курского госуниверситета, 2014. – 325 с.

70. Эльконин, Д. Б. Психология обучения младшего школьника [Электронный ресурс] / Даниил Эльконин. – Режим доступа : <http://lib.mgppru.ru>. – Загл. с экрана.

71. Erbay, F. Do the school adaptation levels of preschoolers vary according to their relationship with their teachers? /F. Erbay, N. D. Saltalı

// International Journal of Evaluation and Research in Education (IJERE). – 2020. – Vol. 9 – No. 4. – <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1274677.pdf>.

72. Gagay, V. V. The model of school adaptation of first-graders with regard to the mechanism of coping with difficult situations / V. V. Gagay, K. Y. Grineva // Research result. Pedagogy and psychology of education. – 2019. – <http://rrpedagogy.ru/en/journal/annotation/534>.

73. Kasyanenko, A. V. Problems of adaptation of first graders to school / A. V. Kasyanenko, Zh. A. Vasileva // ResearchGate. – 2020. – https://www.researchgate.net/publication/339852087_Problems_of_adaptation_of_first_graders_to_school.

74. Lee, Jae-Hee. First Graders' Awareness of Home Environment and Elementary School / Jae-Hee Lee, Ji-Hee Park // International Journal of Advanced Culture Technology. – 2020. – Vol. 8 – No. 3. – <https://www.koreascience.or.kr/article/JAKO202028851207236.pdf>.

75. Zhuravleva, Zh. Study of the parental assessment of the adaptation of first-graders with health limitations to the educational organization, considering the features of the urban environment / Zh. Zhuravleva, A. Pavlova // ResearchGate. – 2021. – https://www.researchgate.net/publication/349918401_Study_of_the_parental_assessment_of_the_adaptation_of_first-graders_with_health_limitations_to_the_educational_organization_considering_the_features_of_the_urban_environment.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Методики диагностики адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы

Методика «Лесенка» (автор В.Г. Щур)

Материал: Белый лист бумаги А4 с нарисованной лесенкой, состоящей из шести ступеней. Простой карандаш или ручка.

Инструкция для младшего школьника:

“Посмотри на эту лесенку. На первой ступеньке сидят (стоят) самые хорошие и добрые дети. На второй – хорошие. На третьей – ни хорошие, ни плохие. На четвёртой сидят не очень хорошие дети. На пятой – плохие. На шестой сидят самые плохие дети. Возьми в руки карандаш (ручку) и нарисуй кружок на той ступеньке, на которую ты хочешь себя поставить”.

Интерпретация результатов:

После тестирования необходимо провести беседу с ребёнком. Попросить рассказать, почему он поставил себя на ту или иную ступень. Бывает, что дети неправильно понимают задание и из-за этого неверно выполняют его.

Кроме того, оценивание себя ребёнком бывает ситуативным. Например, если незадолго до начала тестирования произошла ссора с другом, то ребёнок может поставить себя на четвёртую и пятую ступень просто потому, что считает в данный момент времени себя плохим (обидел друга).

Ребёнок поставил себя на первую ступень: завышенная самооценка. Для детей младшего школьного возраста и для дошкольников является нормой. Дети же младшего школьного возраста оценивают себя подобным образом, исходя из своих достижений: “Я очень хороший, потому что получаю хорошие оценки”.

Ребёнок поставил себя на вторую ступень: адекватная самооценка.

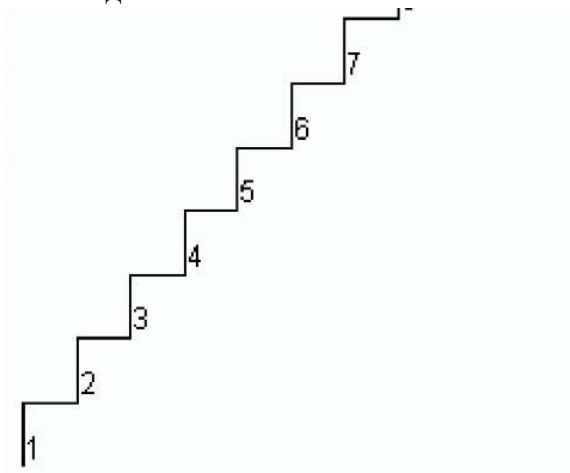
Ребёнок поставил себя на третью ступень: адекватная самооценка.

Ребёнок поставил себя на четвёртую ступень: заниженная самооценка.

Ребёнок поставил себя на пятую ступень: низкая самооценка.

Ребёнок поставил себя на шестую ступень: крайне низкая самооценка.

Стимульный материал к методике «Лесенка»



Анкета для определения школьной мотивации (автор Н.Г. Лусканова)

Данная анкета разработана Н.Г. Лускановой для изучения уровня учебной мотивации учащихся. В нее включено 10 вопросов, отражающих отношение детей к школе и обучению. Вопросы анкеты построены по закрытому типу и предполагают выбор одного из трех вариантов ответов. При этом ответ, свидетельствующий о положительном отношении к школе и предпочтении учебных ситуаций, оценивается в 3 балла; нейтральный ответ – 1 балл; ответ, позволяющий судить об отрицательном отношении ребенка к школьной ситуации, оценивается в 0 баллов.

Анкета

1. Тебе нравится в школе?
 - а) да
 - б) не очень
 - в) нет
2. Утром ты всегда с радостью идешь в школу или тебе часто хочется остаться дома?
 - а) иду с радостью
 - б) бывает по-разному
 - в) чаще хочется остаться дома
3. Если бы учитель сказал, что завтра в школе не обязательно приходиться всем ученикам, ты пошел бы в школу или остался дома?
 - а) пошел бы в школу
 - б) не знаю
 - в) остался бы дома
4. Тебе нравится, когда вам отменяют какие-нибудь уроки?
 - а) не нравится
 - б) бывает по-разному
 - в) нравится
5. Ты хотел бы, чтобы тебе не задавали никаких домашних заданий?
 - а) не хотел бы
 - б) не знаю
 - в) хотел бы
6. Ты хотел бы, чтобы в школе остались одни перемены?
 - а) нет
 - б) не знаю
 - в) хотел бы
7. Ты часто рассказываешь о школе своим родителям и друзьям?
 - а) часто
 - б) редко
 - в) не рассказываю
8. Ты хотел бы, чтобы у тебя был другой, менее строгий учитель?
 - а) мне нравится наш учитель
 - б) точно не знаю
 - в) хотел бы
9. У тебя в классе много друзей?
 - а) много
 - б) мало
 - в) нет друзей
10. Тебе нравятся твои одноклассники?
 - а) нравятся
 - б) не очень
 - в) не нравятся

Оценка результатов:

На основании ответов конкретный учащийся может быть отнесен к одному из 5 уровней школьной мотивации:

1. 25–30 баллов (максимально высокий уровень) – высокий уровень школьной мотивации, учебной активности. Такие дети отличаются наличием высоких познавательных мотивов, стремлением наиболее успешно выполнять все предъявляемые школой требования. Они очень четко следуют всем указаниям учителя, добросовестны и ответственны, сильно переживают, если получают неудовлетворительные оценки или замечания педагога. В рисунках на школьную тему они изображают учителя у доски, процесс урока, учебный материал и т.п.

2. 20–24 балла – хорошая школьная мотивация. Подобные показатели имеет большинство учащихся начальных классов, успешно справляющихся с учебной деятельностью. В рисунках на школьную тему они также изображают учебные ситуации, а при ответах на вопросы проявляют меньшую зависимость от жестких требований и норм. Подобный уровень мотивации является средней нормой.

3. 15–19 баллов – положительное отношение к школе, но школа привлекает больше внеучебными сторонами. Такие дети достаточно благополучно чувствуют себя в школе, однако чаще ходят в школу, чтобы общаться с друзьями, учителем. Им нравится ощущать себя учениками, иметь красивый портфель, ручки, тетради. Познавательные мотивы таких детей сформированы в меньшей степени и учебный предмет их мало привлекает. В рисунках на школьную тему такие дети изображают, как правило, школьные, но неучебные ситуации.

4. 10 – 14 баллов – низкая школьная мотивация. Подобные школьники посещают школу неохотно, предпочитают пропускать занятия. На уроках часто занимаются посторонними делами, играми. Испытывают серьезные затруднения в учебной деятельности. Находятся в состоянии неустойчивой адаптации к школе. В рисунках на школьную тему такие дети изображают игровые сюжеты, хотя косвенно они связаны со школой, присутствуют в школе.

5. Ниже 10 баллов – негативное отношение к школе, школьная дезадаптация. Такие дети испытывают серьезные трудности в школе, они не справляются с учебной деятельностью, испытывают проблемы в общении с одноклассниками, во взаимоотношениях с учителем. Школа нередко воспринимается ими как враждебная среда, пребывание в которой для них невыносимо. Маленькие дети (5–6 лет) часто плачут, просятся домой. В других случаях ученики могут проявлять агрессивные реакции, отказываться выполнять те или иные задания, следовать тем или иным нормам и правилам. Часто у подобных школьников отмечаются нарушения нервно-психического здоровья.

Данная анкета может быть использована при индивидуальном обследовании ребенка, а также применяться для групповой диагностики. Анкета допускает повторные опросы, что позволяет оценить динамику школьной мотивации. Снижение уровня школьной мотивации может служить критерием школьной дезадаптации ребенка, а его повышение – положительной динамики в обучении и развитии.

Методика диагностики школьной тревожности (автор А.М. Прихожан)

Материал: 2 набора по 12 рисунков размером 18 x 13 см в каждом.

Методика проводится с каждым испытуемым индивидуально. Требования к проведению стандартны для проективных методик. Перед началом работы дается общая инструкция. Кроме того, перед показом некоторых рисунков даются дополнительные инструкции.

Инструкция к тесту

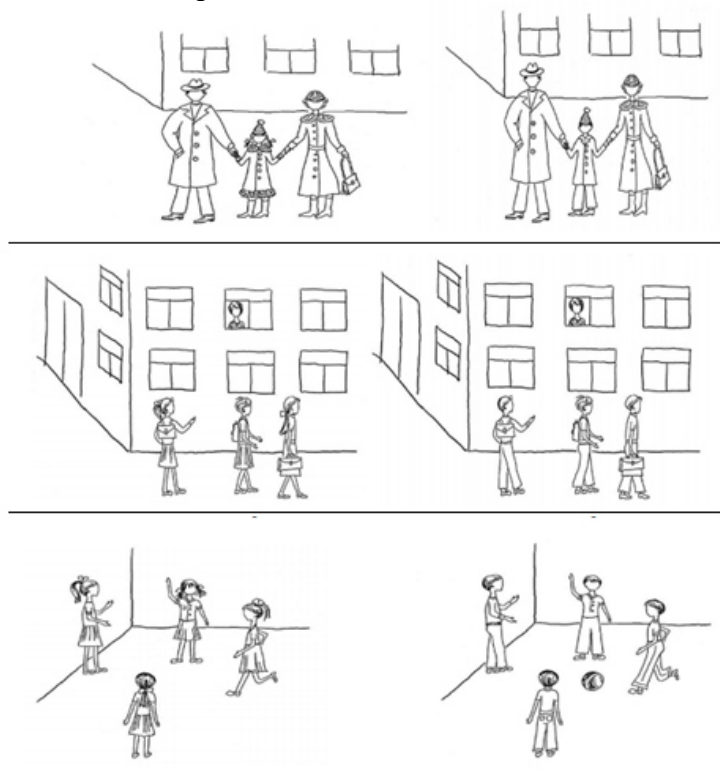
Сейчас ты будешь придумывать рассказы по картинкам. Картинки у меня не совсем обычные. Посмотри, все – и взрослые, и дети – нарисованы без лиц. (Предъявляется картинка № 1.) Это сделано специально, для того чтобы интереснее было придумывать. Я буду показывать тебе картинки, их всего 12, а ты должен придумать, какое у мальчика (девочки) на каждой картинке настроение и почему у него такое настроение. Ты знаешь, что настроение отражается у нас на лице. Когда у нас хорошее настроение, лицо у нас веселое, радостное, счастливое, а когда плохое – грустное, печальное. Я покажу тебе картинку, а ты мне расскажешь, какое у мальчика (девочки) лицо – веселое, грустное или какое-нибудь еще, и объяснишь, почему у него или нее такое лицо.

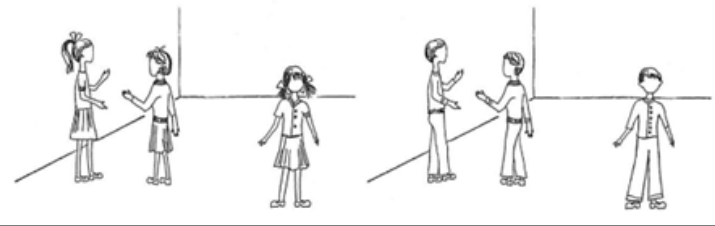
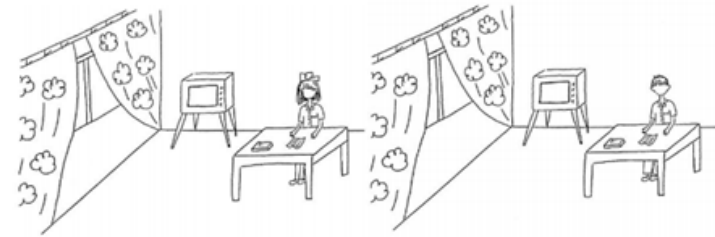
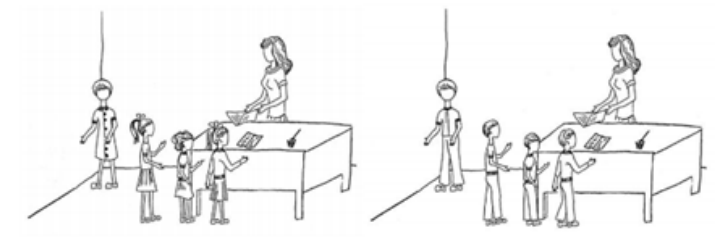
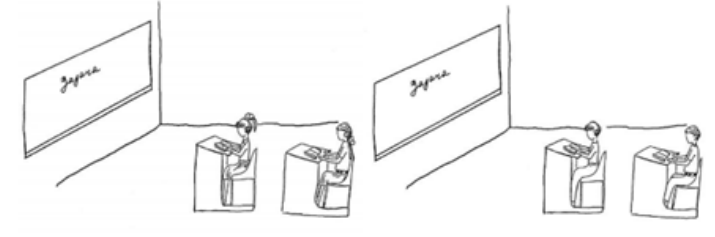
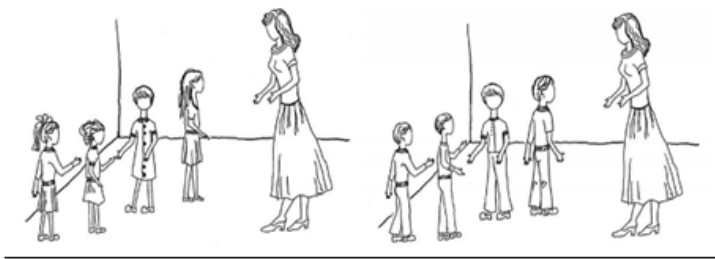
Выполнение задания по картинке №1 рассматривается как тренировочное. В ходе его можно повторять инструкцию, добиваясь того, чтобы ребенок ее усвоил.

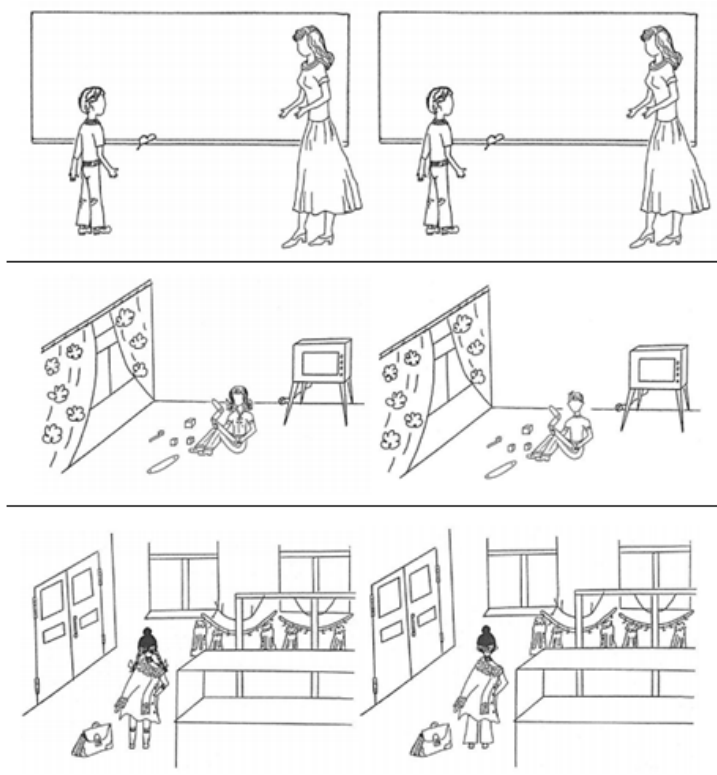
Затем последовательно предъявляются картинки №2-12. Перед предъявлением каждой повторяются вопросы: Какое у девочки (мальчика) лицо? Почему у него такое лицо?

Перед предъявлением картинок №2, 3, 5, 6, 10 ребенку предварительно предлагается выбрать одного из персонажей-детей и рассказывать о нем.

Тестовый материал







Обработка результатов теста

Оцениваются ответы на 10 картинок (№2-11). Картинка №1 – тренировочная, №12 выполняет «буферную» функцию и предназначена для того, чтобы ребенок закончил выполнение задания позитивным ответом. Вместе с тем следует обратить внимание на редкие случаи (по данным А.М.Прихожан, не более 5-7%), когда ребенок на картинку №12 дает отрицательный ответ. Такие случаи требуют дополнительного анализа и должны быть рассмотрены отдельно.

Общий уровень тревожности вычисляется по «неблагополучным» ответам испытуемых, характеризующим настроение ребенка на картинке как грустное, печальное, сердитое, скучное. Тревожным можно считать ребенка, давшего 7 и более подобных ответов из 10.

Сопоставляя ответы испытуемого с его интерпретацией картинки, а также анализируя выбор героя на картинках с несколькими детьми (например, на картинке №6 – выбирает ли он ученика на первой парте, решившего задачу, или ученика на второй парте, не решившего ее), можно получить богатый материал для качественного анализа данных.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Результаты диагностики адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы

Таблица 1 – Индивидуальные показатели уровня самооценки первоклассников по методике «Лесенка» (автор В.Г. Щур)

№	Степень	Результат
1	1	завышенная самооценка
2	2	адекватная самооценка
3	5	низкая самооценка
4	2	адекватная самооценка
5	1	завышенная самооценка
6	4	заниженная самооценка
7	2	адекватная самооценка
8	6	крайне низкая самооценка
9	2	адекватная самооценка
10	4	заниженная самооценка
11	5	низкая самооценка
12	1	завышенная самооценка
13	3	адекватная самооценка
14	4	заниженная самооценка
15	4	заниженная самооценка
16	3	адекватная самооценка
17	5	низкая самооценка
18	4	заниженная самооценка
19	4	заниженная самооценка
20	2	адекватная самооценка

Итого:

– завышенная самооценка	15% (3 чел.)
– адекватная самооценка	35% (7 чел.)
– заниженная самооценка	30% (6 чел.)
– низкая самооценка	15% (3 чел.)
– крайне низкая самооценка	5% (1 чел.)

Таблица 2 – Индивидуальные показатели уровня школьной мотивации первоклассников по методике «Анкета для определения школьной мотивации» (автор Н.Г. Лусканова)

№	Балл	Результат
1	21	средний уровень мотивации
2	23	средний уровень мотивации
3	11	низкий уровень мотивации
4	20	средний уровень мотивации
5	17	внешняя мотивация
6	19	внешняя мотивация
7	25	высокий уровень мотивации
8	9	негативное отношение к школе
9	24	средний уровень мотивации
10	15	внешняя мотивация
11	14	низкий уровень мотивации
12	29	высокий уровень мотивации
13	27	высокий уровень мотивации
14	22	средний уровень мотивации
15	16	внешняя мотивация
16	22	средний уровень мотивации
17	12	низкий уровень мотивации
18	23	средний уровень мотивации
19	16	внешняя мотивация
20	21	средний уровень мотивации

Итого:

– высокий уровень мотивации	15% (3 чел.)
– средний уровень мотивации	40% (8 чел.)
– внешняя мотивация	25% (5 чел.)
– низкий уровень мотивации	15% (3 чел.)
– негативное отношение к школе	5% (1 чел.)

Таблица 3 – Индивидуальные показатели наличия школьной тревожности первоклассников по проективной методике диагностики школьной тревожности (автор А.М. Прихожан)

№	Количество неблагоприятных ответов	Результат
1	2	отсутствие школьной тревожности
2	3	отсутствие школьной тревожности
3	8	наличие школьной тревожности
4	7	наличие школьной тревожности
5	9	наличие школьной тревожности
6	4	отсутствие школьной тревожности
7	3	отсутствие школьной тревожности
8	10	наличие школьной тревожности
9	3	отсутствие школьной тревожности
10	2	отсутствие школьной тревожности
11	3	отсутствие школьной тревожности
12	7	наличие школьной тревожности
13	4	отсутствие школьной тревожности
14	4	отсутствие школьной тревожности
15	2	отсутствие школьной тревожности
16	3	отсутствие школьной тревожности
17	2	отсутствие школьной тревожности
18	5	отсутствие школьной тревожности
19	7	наличие школьной тревожности
20	3	отсутствие школьной тревожности

Итого:

– наличие школьной тревожности	30% (6 чел.)
– отсутствие школьной тревожности	70% (14 чел.)

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Программа психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы

Цель программы – изменение уровня адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

Задачи формирующей программы:

1. Сформировать у первоклассников понимание позиции школьника.
2. Помочь первоклассникам в формировании дружеских отношений в классе, развить навык сотрудничества.
3. Развить у первоклассников чувство уверенности в себе и своих возможностях.
4. Снизить тревожность первоклассников, научить распознавать свои чувства и чувства окружающих.
5. Сформировать положительное отношение первоклассников к правилам поведения в школе.

Методы формирующей программы: игротерапия, арт-терапия (изотерапия, сказкотерапия).

Форма работы: групповая.

Количество занятий: 10 занятий.

Частота занятий: один раз в неделю.

Продолжительность занятия: 60-90 минут.

Оптимальная численность в группе: 25-27 человек.

Занятие №1 «И зайчата, и бельчата в первый раз в первый класс»

Цель: создать условия для обеспечения эмоционального комфорта первоклассников и благоприятного микроклимата в классе, сформировать понимание позиции школьника.

Упражнение 1. Приветствие «Снежный ком»

Цель: создание эмоционального комфорта, настрой на работу.

Содержание: Все играющие усаживаются в круг. Ведущий объясняет условия игры: он называет свое имя, следующий игрок называет имя предыдущего игрока, а затем свое, следующий игрок называет имена двух предыдущих игроков и свое, и т.д.

Упражнение 2. Игра «Дракон, кусающий свой хвост»

Цель: снятие скованности.

Содержание: Дети встают в цепочку. Держат друг друга за пояс. Ведущий показывает, кто «голова», а кто «хвост». Задача «хвоста» убежать от «головы» и не порвать цепочку. Игра проходит под музыку. Через 2 мин. голова и хвост меняются ролями.

Упражнение 3. Сказка «Создание "Лесной школы"»

Цель: помощь в понимании позиции школьника, на примере эмоциональных переживаний героев сказки развить познавательную активность.

Содержание: Жил-был Ежик. Он был маленький, кругленький, серого цвета, с остреньким носиком и черными глазками-пуговками. На спине у Ежика были самые настоящие колючки. Но он был очень добрым и ласковым. А жил Ежик в школе. Да, в самой обыкновенной школе, где было много детей, которых учили мудрые учителя. Как он сюда попал, Ежик и сам не знал: может быть, какой-то школьник принес его для "живого уголка" еще крохотным, а может, он и родился в школе. Сколько Ежик себя помнил, он всегда вспоминал школьные звонки, теплые руки детей, вкусные угощения и уроки... Очень нравилось Ежику, как проходили уроки. Вместе с детьми Ежик учился

читать, писать, считать, изучал и другие предметы. Конечно, это было незаметно для людей. Им казалось: бегают Ежики, радуются жизни. А Ежик мечтал... И мечтал он о том, что, когда вырастет, станет учителем и сможет научить своих лесных друзей всему, что умеет и чему научился сам у людей в школе. Вот Ежик стал взрослым, и пришла пора осуществиться его мечте. Лесные жители построили настоящую школу, в которой будут учиться зайчата, лисята, волчата, мышата и другие зверята. Учитель-Еж готовил класс к приему первоклассников. В светлой комнате стояли столы, стульчики. На стене висела доска, на которой можно писать мелом. Еж принес учебники - книжки с картинками, которые помогут научить писать, считать. Сорока принесла в Лесную школу блестящий звонкий колокольчик. - Зачем ты принесла в школу какую-то игрушку? - спросил у Сороки Сторож-Крот. - Ведь в школе не играют, а учатся! Сорока важно ответила: - Меня Еж попросил. Я буду отвечать за звонки. - А зачем нам звонить? Школа же не пожарная машина! - удивился Крот. - Эх, ты ничего про школу не знаешь! Если звенит звонок - значит, пора на урок. А если на уроке звонок, значит, пора отдохнуть, дружок! - затрещала Сорока. - Подожди, Сорока, объясни мне еще разок. Если ребята придут в школу, то, услышав звонок, побегут на урок? - Да, только не побегут, а подойдут к столикам, будут ждать начала урока, - ответила Сорока. - Это верно! - подхватил Еж. - Именно так делают настоящие школьники. - Так наши ребята-зверята могут и не знать эти правила? - заволновался Крот. - Придут в школу и узнают! - вновь затрещала Сорока. - Да, - подтвердил Еж, - узнают, как стать школьником, как правильно писать, считать и многое другое. Еж, Крот и Сорока затихли. В Лесной школе было тихо и свежо. В ожидании первоклассников деревья на школьном дворе принарядились и шелестели своей желто-красной листвой. Казалось, что они тоже разговаривают. - Пора, пора! - объявляет всему лесу клен. - В школу, в школу! - шепчет березка.

Упражнение 4. Рисуночный метод «Школа зверей»

Цель: развитие ассоциативного мышления с целью понимания позиции школьника.

Содержание: Психолог: «Сейчас мы с вами совершим удивительное путешествие в волшебный лес. Сядьте удобно, расслабьтесь, закройте глаза. Представьте, что мы оказались на солнечной лесной полянке. Послушайте, как шумят листья над головой, мягкая трава касается ваших ног. На полянке вы видите «Школу зверей». Посмотрите вокруг. Какие звери учатся в этой школе? А какой зверь в ней учитель? Чем занимаются ученики? А каким животным вы видите себя? Что вы при этом чувствуете? Проживите эти чувства в себе. Вы можете находиться еще некоторое время в этой «Школе зверей», пока я буду считать до 10, а затем откройте глаза. А теперь возьмите карандаши и бумагу и попробуйте нарисовать то, что видели. Посмотрите внимательно на свой рисунок и найдите то животное, которым могли бы быть вы. Рядом с ним поставьте букву «я».

Упражнение 5. Релаксационное упражнение «Путешествие на остров Чувств»

Цель: развитие ассоциативного воображения.

Содержание: Итак, волшебный звездолет ждет нас. Аккуратно, не торопясь, поднимаемся по трапу машины; мальчики-зайчата обязательно оказывают помощь и поддержку девочкам-бельчатам, рассаживаемся. Все готовы? Наш волшебный звездолет отправляется в край Радости. В нем живут маленькие бабочки-радоستيночки, и правит ими Фея Радость. Хочу предупредить вас, что в чужой стране мы должны соблюдать некоторые правила общения с radoستيночками. Вести себя вежливо, не кричать, не прыгать, не шуметь, пока вас об этом не попросят. Иначе мы распугаем всех жителей страны Радости. Итак, закрываем глаза. Наш звездолет взлетает (музыка) В полете нас окружает волшебная разноцветная радуга. Она, как мягкая теплая вата окружает, окутывает нас со всех сторон. Постепенно наш звездолет пролетает сквозь все цвета радуги, которые дарят нам волшебную силу. Мы пролетаем сквозь красный

цвет, который нам дарит силу, а вот и оранжевый, он подарит нам бодрость, энергию; пролетаем сквозь зеленый цвет, он окутывает нас спокойствием голубой – здоровьем. Мы как бы купаемся в мягких цветах радуги... Крепко держимся за поручни, потому что сейчас наш звездолет приземляется в чудесном краю Радости. Мы приземлились, открываем глаза осторожно. А вот и разноцветные жители этой страны встречают нас. Это чудесные эльфы и бабочки. Все они в ярких костюмах, сверкающие всеми цветами радуги. Будем вежливы. Поздороваемся с жителями страны Радости. Нас встречает Фея радости (большая бабочка). Но чтобы жители этой страны поняли наш язык, мы должны проделать некоторый ритуал, то есть изобразить распускающийся цветок.

Упражнение 6. Ритуал прощания «Круг друзей»

Цель: закончить день в дружеской обстановке, создание позитивного настроения.

Содержание: Стоя в круге, все держатся за руки. Затем предлагается с помощью рукопожатий передать друг другу чувство радости, нежности, поздороваться друг с другом, потанцевать, попрыгать, попрощаться.

Занятие №2 «Соберем портфель умело»

Цель: научить первоклассников правильному обращению со школьными вещами, бережному отношению к ним.

Упражнение 1. Приветствие «Клубок»

Цель: сплочение группы, настрой на работу.

Содержание: Дети сидят на стульях по кругу. Тренер передает клубок ниток ребенку. Ребенок при этом называет ласковое, вежливое слово, пожелание, передавая клубок следующему участнику. Так клубок раскручивается пока не пройдет через всех участников.

Упражнение 2. Игра «Слушай хлопки!»

Цель: развитие произвольности поведения.

Содержание: Дети двигаются свободно в группе (можно под музыку). Когда ведущий хлопнет в ладоши определенное количество раз, дети принимают соответствующую позу на 10-20 сек. 1. Поза «аиста» - ребенок стоит на одной ноге. Поджав другую. 2. Поза «лягушки» - присесть, пятки вместе, носки и колени в сторону, руки между ногами на полу. 3. Дети возобновляют ходьбу. Рекомендации: Проигрывание игры не более 4-х раз с добавлением ещё 2-х поз, например, зайчики, лошадки.

Упражнение 3. Сказка «Собирание портфеля»

Цель: научение бережному отношению к вещам, осмысление первоклассниками главной идеи сказки.

Содержание: После школы все ученики добросовестно выполнили домашнее задание, сочинили стихи-правила. Белочка решила нарисовать свое правило питания в альбомчике. Рисунок получился удачным: цветными карандашами был изображен чистенький первоклассник за столом, он правильно держал ложку, локти и салфетку, а его ротик был закрыт. Белочка немного полюбовалась своей работой. Потом она убрала альбом в портфель и побежала играть с друзьями в лесу... В школе учитель проверял домашнее задание. Ребята порадовали учителя своими ответами. Только Белочка еще не показала свой рисунок. Она не могла найти альбом в своем портфельчике. - Может быть, ты расскажешь свое правило, Белочка? - предложил Еж. - Но мне без рисунка трудно будет вспомнить стишок! Сейчас найду! Я ведь его точно положила! - чуть не плача произнесла Белочка. - Хорошо, давайте поможем Белочке! - обратился к ребятам Учитель. Заяц и Волчонок стали помогать ей, вытаскивать все содержимое портфеля на парту, чтобы быстрее найти пропажу. Чего только не было в портфеле у Белочки. Кроме школьных предметов на парте лежали орешки, веточки, бантики, цветочки, фантики от конфет и даже сухие грибы. Еж и ученики с интересом смотрели на все эти сокровища. - Ой, вот он, мой альбомчик! - обрадовалась находке Белочка. - Ну, что же,

покажи всем, Белочка, свой рисунок, - улыбаясь, произнес Учитель. Белочка похвасталась своим произведением, прочитала стишок, но вместо ожидаемого восторга почему-то увидела удивление. Дети продолжали рассматривать "раскопки". - Что вы так смотрите? - обратилась к товарищам Белочка. - Как же у тебя все это поместилось в школьном портфельчике? - спросил Медвежонок. - А мне мама пришила много кармашков на портфель, вот поэтому все и влезло! - продолжала хвастаться Белочка. - Да, твоя мама потрудилась на славу, чтобы дочке удобно было раскладывать школьные предметы по отделениям, по назначениям: ручки в один кармашек, тетрадки в другой, книжки в третий... - пытался объяснить ученице Еж. - А зачем их так раскладывать? Можно ведь и по-другому: школьные вещи в один кармашек, орешки в другой, конфетки в третий... - продолжала настаивать на своем Белочка. - Конечно, можно раскладывать и так, но сколько времени мы потратили на поиск твоего альбома?! - возразил Учитель. Белочка немного задумалась. А Еж обратился ко всему классу: - Ребята, а как вы собираете свой портфель, чтобы было удобно готовиться к урокам? - Я тетрадки и учебники убираю вместе, - поделился своим опытом Волчонок. - А когда ты их кладешь в портфель или вытаскиваешь, тетрадки, наверное, сминаются? - предположил Учитель. - Да, сминаются, - подтвердил Волчонок. - А я раскладываю все по порядку, по кармашкам, чтобы тетрадки лежали отдельно, учебники отдельно, карандаши и ручки в другом кармашке, - рассказывал Заяц. - Это правильно, - похвалил его Учитель. - Ведь нам школьные предметы будут нужны долгое время, поэтому, чтобы их сохранить такими же красивыми, о них приходится заботиться. - Как это заботиться? Они же не живые! - поинтересовалась Белочка. Правильно раскладывать, одевать в обложечки, вовремя ремонтировать, лечить. Заботиться, ухаживать за вещами необходимо так же, как за живыми существами, тогда они будут верно нам служить. А если мы будем к своим вещам равнодушны, то они могут убежать, как посуда в сказке "Федорино горе". Ребята засмеялись, но потом с грустью посмотрели в свои портфели. - Я не хочу, чтобы мой портфельчик убежал! - произнес Лисенок. - И я не хочу! - прошептали все ребята. - Тогда будем ухаживать, заботиться о своих портфелях, не обременять их лишними вещами, - завершил разговор Учитель. На перемене каждый ученик проверил свои вещи в портфеле, разгладил смятые листочки в тетрадках, поточил карандашики, распределил все по отделениям.

Упражнение 4. Рисуночный метод «Кляксы»

Цель: развитие у первоклассника ощущения свободы; развитие воображения, умения снимать эмоциональное напряжение.

Содержание: Ребенку дают лист бумаги, краски, кисточку и предлагают «поклеить» любимыми цветами. При этом поощряется «свобода творчества». После того, как лист будет изрисован, предлагается сложить его пополам. Затем лист с обеих сторон поочередно разглаживают, а после начинают интенсивно отстукивать ладонками обеих рук поочередно. Ведущий подбадривает действия ребенка: «Молодец! Барабаним по листочку! Еще хорошенько отстучим!». Когда ребенок достаточно выплеснется, ему предлагается «поколдовать», чтобы на листике получился волшебный рисунок. Для этого ребенок поднимает над листиком зажатые в кулачки руки, делает вдох, а затем резко опускает их над листком со звуком «Пш-ш-ш» (выдох). Так 3-4 раза с обеих сторон листа. Далее ребенку предлагается осторожно раскрыть листок и посмотреть, какой «волшебный» рисунок получился. Взрослый восторгается сказочным рисунком, спрашивая у ребенка, что он видит, на что или на кого похожи получившиеся картинки.

Упражнение 5. Релаксационное упражнение «Распускающийся цветок»

Цель: снятие напряжения, совместная работа.

Содержание: Психолог: «Сели в кружок на корточки, взяли за руки, вытянули все руки в центр круга, это наши лепестки, склонили головки. Цветок пока закрыт. Вот он начинает распускаться. Поднимаем головки, вдох, медленно поднимаемся,

одновременно руки поднимаем вверх и отводим их назад, выдох. Повторим еще раз. Молодцы, зайчата и бельчата!»

Упражнение 6. Ритуал прощания «Круг друзей»

Цель: закончить день в дружеской обстановке, создание позитивного настроения.

Содержание: Стоя в круге, все держатся за руки. Затем предлагается с помощью рукопожатий передать друг другу чувство радости, нежности, поздороваться друг с другом, потанцевать, попрыгать, попрощаться.

Занятие №3 «Школьные правила»

Цель: развить у первоклассников аккуратность и самостоятельность, сформировать положительное отношение первоклассников к правилам поведения в школе.

Упражнение 1. Приветствие «Волшебный клубочек»

Цель: создание доброжелательной атмосферы в классе, настрой на работу.

Содержание: Психолог: «Ребята, у меня в руках есть «волшебный клубочек». С помощью этого клубочка, я бы хотела узнать, какое у вас настроение, и с чем вы сегодня пришли. Сначала я расскажу о своем настроении и намотаю кусок нити на пальчик, а затем передам клубок сидящему ребенку слева». Он сделает то же самое – расскажет про себя и передаст клубок следующему. Главное условие, чтобы клубок побывал у каждого, и только один раз. Затем Психолог предлагает всем подергать за нитку ощутить, как она натягивается, как будто все связаны одной нитью.

Упражнение 2. Игра «Паровозик»

Цель: формирование коммуникационных навыков.

Содержание: Детям предлагается разойтись по классу. Выбирают водящего: он будет паровозиком. Его задача – под музыку без слов, только с помощью мимики и жестов пройти по всему классу и собрать «пассажиров» со всех станций. При этом уже собранные пассажиры также принимают участие, зазывая детей в паровоз.

Упражнение 3. Сказка «Госпожа Аккуратность»

Цель: демонстрация важности аккуратности и самостоятельности, приобретение нового опыта на примере героев сказки.

Содержание: В школе Белочка рассказала друзьям свой сон. Первоклассники весь день ходили под впечатлением. - А я думаю, - предположил Заяц, - что это Белочке не приснилось, а все было на самом деле. - Наверное, когда она крикнула, то все вещи остановились, притворились неживыми, неговорящими, - рассудил Лисенок. - На всякий случай я буду более внимательным к своим вещам, - с опасением проговорил Медвежонок. - Уж лучше лишний раз убрать, чем потом остаться без портфеля и школьных предметов, - подтвердил Волчонок. В этот день Учитель похвалил всех учеников за аккуратность. - Молодцы, ребята! И в тетрадях, и на партах, и в портфелях у вас полный порядок! Пора поиграть в "Госпожу аккуратность". - А кто она такая? - удивилась Белочка. - Давным-давно в старинном замке жила-была самая аккуратная женщина на свете. Из разных мест к ней спешили родители со своими мальчиками и девочками. Только этой Госпоже удавалось приучить их к аккуратности во всем. Блестели от чистоты и порядка школьные принадлежности, тетрадки, одежда, игрушки, прически и прочее, прочее, прочее. Ее называли "Госпожа Аккуратность", она была волшебницей и умела превращать всех в чистюль. Однажды к Госпоже Аккуратность обратилась злая колдунья Лень с просьбой раскрыть ей свой секрет. Колдунья хотела помешать доброму делу. "Пусть все люди станут грязнулями, будут больше радовать меня!" - рассуждала Лень. Но Госпожа Аккуратность улыбнулась и ответила: "Все свои секреты я уже рассказала мальчикам и девочкам, они помнят и хранят их, передают своим детям". Тогда колдунья Лень решила заколдовать всех людей, чтобы они забыли секреты аккуратности. И люди стали лениться. Но все же каждый мальчик или девочка помнили один из секретов Госпожи и могли научить своих друзей и знакомых. С той

поры люди играют в игру "Госпожа Аккуратность", и я вас сейчас научу играть в нее, - обратился Еж к ребятам. - В коробочке лежат маленькие листочки бумаги с секретными вопросами. По очереди, отвечая на каждый вопрос, мы сможем найти помощников "Госпожи Аккуратности" среди вас. Вы готовы? - Конечно, готовы! - ответили школьники. - Первый секрет "Чистого тела". Кто знает, как умываться, мыть руки и чистить зубы? - прочитал записку Учитель. - Я знаю и смогу научить других! - воскликнула Белочка. - И она рассказала, как это делать правильно. - Будешь нашей помощницей, - объявил всему классу Еж. - А вот другой вопрос из коробочки: кто знает секрет "Чистых вещей"? - Это мой секрет! - обрадовался Медвежонок. - Я много раз помогал маме чистить, стирать, гладить и убирать вещи в шкафчик. Могу это делать сам и научить других. - Хорошо, и ты будешь нашим помощником, Медвежонок! А вот других помощников, хранителей секретов "Чистой тетради", "Чистой парты" и "Чистого портфеля", позвольте объявить мне. И я предлагаю полюбоваться тетрадочкой Зайчонка, портфелем Лисенка и партией Волчонка. Вы согласны стать нашими помощниками? - Мы будем рады! - согласились ученики. - Тогда слушайте и запоминайте! Все помощники в школе называются дежурными. Они помогают учителю и ученикам, стараются быть внимательными и вежливыми. А самое главное, замечания своим товарищам и советы произносят шепотом. - Конечно, чтобы не услышала колдунья Лень! - догадался Лисенок. Учитель улыбнулся и продолжил: - Наши помощники-дежурные всю неделю трудятся, обучают своим секретам. А в конце недели, в пятницу, назначают новых дежурных, новых хранителей секретов Госпожи Аккуратности. - А как же мы сможем узнать новых помощников? - спросил Лисенок. - Правильно, Лисенок, у помощников будут значки. И сейчас я их достану из коробочки и приколю к одежде каждого дежурного. Все школьники приготовились к этому торжественному моменту. В классе зазвучала музыка и Учитель прикрепил значки помощникам. Гордые, радостные школьники всю перемену разглядывали рисунки на значках. Оказалось, что они все разные. На одном значке была нарисована щетка с курточкой; на другом - мыло с полотенцем; на третьем - тетрадочка; на четвертом - парта; а на пятом портфель. Ребята-зверята, конечно, догадались, что за секреты скрывались за этими рисунками, какому помощнику они принадлежали.

Упражнение 4. Рисуночный метод «Ниточная фантазия»

Цель: развитие у первоклассников терпения, аккуратности.

Содержание: Психолог: «Красивые необычные оттиски получаются с помощью ниток. Если нитку (длиной сантиметров 30-40) опустить в краску, затем выложить на листе по собственному усмотрению, оставив вне листа лишь кончик, а затем накрыть сверху другим листом, и придавив его рукой, вытянуть нитку из пространства между листами, то на обоих примыкавших к окрашенной нити поверхности останутся необычные отпечатки! Далее, получившиеся отпечатки можно дорисовать, привести образ к единому целому». Дети выполняют задание с последующим обсуждением.

Упражнение 5. Релаксационное упражнение «Солнышко»

Цель: расслабление, снятие напряжения.

Содержание: Психолог: «Собрались зайчата и бельчата на волшебной полянке, ждут волшебного паровозика. Разлеглись удобно на мягкой зеленой травке, греются на солнышке. Солнышко греет-пригревает, поглаживает зайчат и бельчат своими лучиками. Заглянул солнечный лучик в глазки, зажмурились зайчата и бельчата, открыли один глазок, затем другой, снова закрыли глазки. Солнечный лучик пробежал по лицу, нежно погладил лобик, попрыгал по носику, съехал с него как с горки, притронулся к губкам. Сразу все личико стало теплым. Погладил головку, шейку, лапки зайчат и бельчат, взобрался на животик, снова посветил в глазки, как будто сказал: «Просыпайтесь, сони!» Солнечный лучик любит играть с зайчатами и бельчатами! Вдохнули зайчата и бельчата глубоко-глубоко, открыли глазки, потянулись!».

Упражнение 6. Ритуал прощания «Круг друзей»

Цель: закончить день в дружеской обстановке, создание позитивного настроения.

Содержание: Стоя в круге, все держатся за руки. Затем предлагается с помощью рукопожатий передать друг другу чувство радости, нежности, поздороваться друг с другом, потанцевать, попрыгать, попрощаться.

Занятие №4 «У нас все получится!»

Цель: развить у первоклассников чувство уверенности в себе и веры в собственные силы и возможности.

Упражнение 1. Приветствие «Я сегодня»

Цель: развитие доверительного стиля общения, настрой на работу.

Содержание: Психолог: «я кидаю вам по очереди мяч и вы одним словом описываете свое настроение. Например: Я сегодня ночь/ солнце/ бабочка/ квадрат и д.т.».

Упражнение 2. Игра «Наши поступки»

Цель: научение первоклассников понимать новые требования, сформировать у детей внутреннюю потребность в их исполнении.

Содержание: Психолог: «Предлагаю поиграть в игру. Я буду называть вам поступки, а вы будете показывать свое отношение к ним с помощью «смайликов»». Вариант: учить уроки, обижать малышей, помогать друзьям, мешать кому-либо, говорить правду обзываться, слушать учителя, на уроке драться, быть вежливым, не слушать говорящего, уважать родителей, быть обидчивым.

Упражнение 3. Сказка «Ленивец»

Цель: осмысление первоклассниками главной идеи сказки – адекватное отношение к результатам в учебном процессе.

Содержание: В Лесной школе все ученики добросовестно относились к заданиям. Медвежонок сначала тоже старался, но потом стал уставать, появились равнодушие и лень. Все чаще его находили на мягком диванчике. Маму Медвежонок это сильно беспокоило. - До зимней спячки еще далеко, а ты, сынок, уже выглядишь сонным и вялым, - говорила она. - Я решил зря силы не тратить! - ответил ей Медвежонок. - Учиться, узнавать новое очень полезно для каждого, и ты это знаешь, сынок! - ласково произнесла Медведица. - Не хочу больше учиться! Надоело мне! - проворчал Медвежонок. - Я думал, что это легко - быть школьником. Что все будет получаться само собой, а оказывается, надо трудиться. Не хочу!!! - Конечно, иногда хочется быстрых результатов, - вздохнула мама. - Но ведь хорошо быстро не бывает! - Ну и пусть! Тогда я буду лежать целыми днями! - воскликнул Медвежонок и отвернулся к стене, чтобы не видеть расстроенной Медведицы. - Любой ребенок или взрослый испытывает чувство усталости, но хороший отдых на воздухе, сон помогают справиться с этой проблемой и вернуться к работе. А если ты будешь лежать целыми днями, то превратишься в Ленивца. - Что это такое? - поинтересовался Медвежонок. - Не что, а кто. Это зверек, наверное, родственник обезьянки. А может, он и был когда-то давным-давно обезьянкой, пока с ним не произошла одна история. Так же, как ты, он почувствовал однажды сильную усталость от работы и объявил всему лесу о том, что он отказывается трудиться, а желает только лениться. Целыми днями напролет Ленивец висел на дереве вниз головой, потому что подняться или перевернуться ему лень. Насекомые поселились в его шерсти, а он даже не шевелился, когда его покусывали. "Лень!" - думал он. Конечно же, Ленивец не умывался, не расчесывал шерстку и не чистил зубы. Из-за этого он выглядел лохматым, грязным, с темными зубами и неприятным запахом. "Кому это нужно быть чистым и опрятным? Лень!" - продолжал размышлять Ленивец. Обезьянки прыгали рядом, наслаждаясь сладкими бананами и вкусным кокосовым молочком. "Эй, Ленивец, поиграй с нами!" - кричали они ему. Но Ленивец молча наблюдал за своими подружками и медленно пожевывал листья с

дерева, на котором он висел. "Даже есть лень!" - удивлялся сам себе Ленивец. Жизнь протекала скучно и однообразно. Много интересного происходило рядом. Однако Ленивец продолжал неподвижно висеть на дереве. Вот и сейчас есть такой Ленивец в далеких лесах Америки, как яркий пример самого ленивого существа на свете. - Ну что, сынок, ты хотел бы быть похожим на такого Ленивца? - закончила свой рассказ Медведица. - Нет, не хочу! - твердо произнес Медвежонок. - Но можно я хоть отдохну немножко? - Конечно, можно! Отдохни часок, а потом вновь за работу! - Хорошо, мама! Я так и сделаю! - ответил Медвежонок.

Упражнение 4. Рисуночный метод «Мой страх»

Цель: гармонизация эмоционального состояния, снятие напряжения, развитие творческого воображения, коррекция агрессии,

Содержание: Детям предлагается нарисовать свой страх (на что он похож). После предлагается разорвать рисунок и выбросить в мусорное ведро.

Упражнение 5. Релаксационное упражнение «Лимон»

Цель: расслабление мышц рук.

Содержание: Опустить руки вниз и представить себе, что в правой руке находится лимон, из которого нужно выжать сок. Медленно сжимать как можно сильнее правую руку в кулак. Почувствовать, как напряжена правая рука. Затем бросить "лимон" и расслабить руку:

Я возьму в ладонь лимон. Чувствую, что круглый он.

Я его слегка сжимаю, сок лимонный выжимаю.

Все в порядке, сок готов. Я лимон бросаю, руку расслабляю.

Выполнить это же упражнение левой рукой.

Упражнение 6. Ритуал прощания «Круг друзей»

Цель: окончить день в дружеской обстановке, создание позитивного настроения.

Содержание: Стоя в круге, все держатся за руки. Затем предлагается с помощью рукопожатий передать друг другу чувство радости, нежности, поздороваться друг с другом, потанцевать, попрыгать, попрощаться.

Занятие №5 «Для меня препятствий нет!»

Цель: научить стремиться к успеху, развить чувство уверенности.

Упражнение 1. Приветствие «Душевный комплимент»

Цель: снятие эмоционального напряжения, настрой на работу.

Содержание: Предложить ребятам поочередно сделать комплимент своему однокласснику.

Упражнение 2. Игра «В гостях у белки»

Цель: формирование позитивного самовосприятия.

Содержание: Дети повторяют движения за психологом по тексту стихотворения:

Чисто в домике у белки. Дети вымыли тарелки,

Мусор вымели во двор, палкой выбили ковер.

Постучался почтальон – благородный старый слон.

Вытер ноги о подстилку: «Распишитесь за «Мурзилку.»

Это кто стучится в двери? Это мошки, птички, звери.

- Вытирайте ножки, дорогие крошки.

Мы не станем здесь скучать, будем с вами танцевать!

Вот мы топнем одной ножкой: топ-топ-топ.

А теперь другою ножкой: топ-топ-топ.

И присядем, и привстанем, повторим еще разок.

Топнем правой пяткой дважды и вперед – на носок.

Мы попрыгаем все вместе и покружимся на месте.

Упражнение 3. Сказка «Домашнее задание»

Цель: научение в правильном отношении к урокам и знаниям, развитие познавательной активности.

Содержание: После дня рождения трудно было Волчонку сосредоточиться на домашнем задании. Ему вспоминались игры, музыка и смех, но только не школа, не математика. Однако он еще помнил слова учителя о проверке решения задач. И Волчонок с неохотой достал учебник и несколько раз перечитал условие задачи. - Ничего не понимаю! - крикнул он в отчаянии и закрыл книгу. - Что случилось? - поинтересовался его папа, оторвавшись от чтения "Лесной газеты". - Такие трудные задачки напридумывали, что в них никто не разберется! - продолжал возмущаться Волчонок. - Ну-ка, покажи, что там у тебя за трудная задачка? - заинтересовался папа Волк. - Вот, смотри! - ответил обрадованный Волчонок, быстро избавляясь от наскучившего задания. - Так, так, так... - поразмыслил немного отец и быстро написал решение задачки. - Ух, ты! - воскликнул сынишка. - Ты, папочка, так быстро решаешь?! Отец важно и гордо отдал учебник и решенную задачку Волчонку, а сам продолжил чтение газеты. Волчонок принялся выполнять следующее домашнее задание. Но он никак не мог сосредоточиться, постоянно мысли убегали куда-то, голова казалась пустой как барабан. - Ох, что же мне делать? - мучился ученик. - Пойду опять к папе. - Что, опять не получается? - спросил отец, посмотрев на грустного сынишку. - Угу, - пробурчал Волчонок. - Ну, хорошо, давай посмотрю. - И задача вновь была им решена. - Папочка, спасибо, ты так меня выручил! - прыгал счастливый Волчонок вокруг отца. - Можно я пойду играть? - Собери портфель для завтрашнего дня и можешь идти. - Хорошо! Я соберу мигом! - И через несколько минут Волчонок будто на крыльях вылетел из дома. На следующий день перед уроком ребята сравнивали ответы в задачках. Волчонок с гордостью показывал всем свою домашнюю работу. Учитель-Еж проверил решение задач и похвалил Волчонка за сообразительность. Волчонку было приятно и почему-то немного стыдно. - А сейчас мы решим такие задачки вместе, и Волчонок нам поможет, - сказал Учитель, пригласив Волчонка к доске. Волчонок почувствовал страх, ведь он один знал, что с этими задачками самостоятельно ему не справиться, он даже не помнил папино решение. - Я не знаю, как решать... - прошептал Волчонок. - Но ведь ты справился с задачами дома, значит, справишься и сейчас, - приободрял ученика Еж. - Мне папа помогал, он мне все решил, - признался Волчонок. - Значит, все домашнее задание выполнял твой отец? - удивился Учитель. - Да... - почти беззвучно прозвучал ответ. - Передай своему папе, что он прекрасно разбирается в математике. Но если он будет решать за тебя, то его сын так и останется неграмотным. Ребята, кому задают домашнее задание? - Ученикам, чтобы научиться самостоятельно, мыслить и закреплять знания, - уверенно произнес Медвежонок. - Верно! И такая помощь родителей мешает развиваться их ребенку, - продолжал Учитель. - Я хотел, чтобы меня похвалили, - грустно объяснял Волчонок. - А тебе было приятно от такой похвалы? Ведь трудился-то не ты, а твой папа. - Да мне было немного стыдно, - вспоминал свои чувства Волчонок. - А когда меня пригласили к доске, стало очень страшно. - Это могло произойти с любым из наших учеников. И твоя ошибка помогла нам всем понять, что радостные чувства, чувства удовлетворения мы получаем от собственного труда, от своих побед. В школе учатся, иногда это бывает трудно, но важно, чтобы каждый ученик смог справиться со своими трудностями самостоятельно. - А если мы не сможем выполнить домашнее задание, то в школу можно приходить с невыученными уроками? - поинтересовалась Белочка. - Если вы долго думали, но не смогли решить задачу, тогда перед уроком желательно сказать об этом мне, - предложил Учитель. - И мы вместе постараемся понять и во всем разобраться. - А вдруг я никогда не смогу научиться решать задачи, постоянно буду приходить с невыученными уроками? - волновался Волчонок. - Тогда на уроке или после уроков мы с ребятами будем стараться объяснить тебе, чтобы ты все понял. Когда ученик старается, ему необходимо помочь. А если он ленится, не хочет трудиться, то помогать

ему вряд ли кто захочет. Волчонок опустил глаза и твердо сказал: - Я буду стараться! - Вот и замечательно! Продолжим урок, Медвежонок поможет нам решать задачу. Если ты справишься, Медвежонок, то получишь пятерку. Это самая лучшая отметка в школе. Но об отметках и оценках на следующем уроке.

Упражнение 4. Рисуночный метод «Мой смешной портрет»

Цель: вовлечение в работу, развитие навыков самопрезентации.

Содержание: Психолог: «А сейчас я предлагаю каждому нарисовать свой автопортрет. На наших занятиях вы можете рисовать так, как вы хотите и умеете, вы можете это сделать с помощью цветных карандашей или фломастеров» Первоклассники рисуют под музыку. После окончания рисования психолог организует презентацию рисунков каждого ребенка. Психолог: «Наши рисунки готовы. Давайте покажем, их друг другу». Дети показывают свои автопортреты, и автопортрет закрепляется на стенде.

Упражнение 5. Релаксационное упражнение «Солнечный зайчик»

Цель: расслабление, снятие напряжения.

Содержание: Психолог: «Представьте себе, что солнечный зайчик заглянул вам в глаза. Закройте их. Он побежал дальше по лицу. Нежно погладьте его ладонями: на лбу, на носу, на ротике, на щечках, на подбородке. Поглаживайте аккуратно, чтобы не спугнуть, голову, шею, животик, руки, ноги. Он забрался за шиворот – погладьте его и там. Он не озорник - он ловит и ласкает вас, а вы погладьте его и подружитесь с ним».

Упражнение 6. Ритуал прощания «Круг друзей»

Цель: закончить день в дружеской обстановке, создание позитивного настроения.

Содержание: Стоя в круге, все держатся за руки. Затем предлагается с помощью рукопожатий передать друг другу чувство радости, нежности, поздороваться друг с другом, потанцевать, попрыгать, попрощаться.

Занятие №6 «Законы школы»

Цель: сформировать положительные качества личности первоклассника, нравственного и культурного поведения.

Упражнение 1. Приветствие «Сказочный теремок»

Цель: преодоление внутренних барьеров при общении, настрой на работу.

Содержание: Психолог: «Каждое утро в сказочном теремке начиналось с волшебной гимнастики, и приветствия: Выбежали зайчата и бельчата на волшебную полянку, встали в дружный кружок, поздоровались с солнышком: Подняли свои головки и лапки к солнышку, глубоко вдохнули свежий воздух, потянулись к солнышку высоко-высоко, задержали дыхание, выдохнули, опустили лапки. Посмотрели друг на друга, улыбнулись, вытянули свои лапки, помахали ими в знак приветствия, засмеялись. Прибежали зайчата и бельчата домой, в сказочный теремок, решили, что сегодня они будут играть в радужный мир. Потому что все игры зайчат и бельчат будут волшебными, веселыми и интересными, как разноцветная радуга».

Упражнение 2. Игра «Превращения»

Цель: демонстрация понятия тревожности и ее проявлений.

Содержание: Психолог предлагает детям:

- нахмуриться как... осенняя туча; рассерженный человек;
- позлиться как... злая волшебница; два барана на мосту; голодный волк;
- испугаться как ... заяц, увидевший волка; птенец, упавший из гнезда;
- улыбнуться как ... кот на солнышке; само солнышко; хитрая лиса.

Упражнение 3. Сказка «Школьные оценки»

Цель: осмысление первоклассниками прямой зависимости оценки от затраченного труда или усвоения материала, проявление новых качеств личности ребенка.

Содержание: Учитель на перемене раздал ученикам дневники. У Медвежонок в дневнике красовалась пятерка по математике. Все ученики с удивлением ее рассматривали. - Цифра как цифра, что в ней такого? - не понимал Лисенок. - Есть в ней какая-то притягательная сила. Смотрю и восхищаюсь! - любовался Медвежонок. - Это потому, что тебе эту оценку за хороший ответ поставили, поэтому ты и радуешься! - рассуждал Зайчонок. А Белочка добавила: - Теперь все будут знать, какой ты у нас умный. Вот твоя мама обрадуется! Я бы тоже хотела получить пятерку - Обязательно получишь! - с уверенностью произнес Учитель-Еж. - А сейчас поиграем в игру "Хорошо и плохо". - Это опять о поведении, что ли, говорить будем? - поинтересовался Волчонок. - Нет, не о поведении, вернее, не только о поведении, - продолжал учитель. - В игре каждый из вас покажет свое отношение к тому, что я скажу. Показывать будем мимикой, то есть выражением своего лица. Если вы хорошо к этому относитесь, то и на лице у вас будет радостная улыбка. А если плохо, тогда хмуро сдвинуты брови. - А если мне все равно и я никак не отношусь? - спросил Лисенок. - Тогда твое лицо будет без выражения, равнодушное, - пояснил Учитель. - Приготовились? Еж по очереди называл занятия, пищу, увлечения, игрушки, а ученики мимикой выражали свое отношение. - Ребята, вы заметили, какие мы все разные, и у нас бывают разные оценки одного и того же предмета, но бывают и одинаковые. То, что вы делали сейчас в игре, можно назвать оценкой. Ведь каждый из вас думал и анализировал. Вы оценивали все, что я называл, используя свой личный опыт. - Да, я очень люблю, есть морковку и яблоки, поэтому я мимикой показал свое положительное отношение к этому, - улыбаясь, вспоминал Зайчонок. - А я хотел сначала показать свое хорошее отношение к такому занятию, как кричать, но потом вспомнил, что меня за это мама поругала, и передумал, - поделился своими мыслями Волчонок. - А я думаю, что наши родители с помощью своих оценок помогают нам понять, что хорошо и что плохо, - сделал вывод Зайчонок. - Да, я как посмотрю на маму, так сразу понимаю по ее лицу, правильно я делаю или нет, - сказал Медвежонок. - А я, когда был маленький, - вспомнил Лисенок, - иногда баловался и папа мне жестами показывал, что бы я перестал. Значит, оценивать можно и жестами. - Ой, а моя мама, - продолжила разговор Белочка, - свое отношение к моим поступкам выражает голосом, то есть интонацией. Она позовет меня по имени, и я сразу понимаю, сердится моя мама или радуется. - Это действительно так. Вы сами, ваши родители отражают свое отношение мимикой, жестами, интонацией и словами, - подтвердил Учитель. - Так мы понимаем друг друга. И когда учатся чему-то новому, чтобы идти правильным путем, наблюдают за оценками окружающих. А как же в школе? Какие в школе оценки? - Когда я отвечаю, то смотрю на учителя и ... на своего соседа, Волчонок, - призналась Белочка. - Если все правильно, то они утвердительно качают головой. - Но Волчонок иногда ошибается, ведь он тоже учится, поэтому смотри лучше на учителя, - посоветовал Медвежонок. - А я как услышу такие слова, как "хорошо", "молодец" от учителя, так понимаю, что хорошо справился с заданием, - рассказал о себе Волчонок. - За весь урок учителю необходимо показать свое отношение к успехам и неудачам каждого ученика. Отметка подтверждает данное отношение, как результат усвоенных знаний и умений, - объяснял Еж. - Отметку часто называют оценкой успеваемости, потому что она помогает ученику, учителю и родителям оценить школьную успеваемость. Это как специальные школьные сигналы. - Как у моряков или военных? - заинтересовался Зайчонок. - Наверное, что-то общее есть, - согласился Учитель. - Если пятерка - все прекрасно, так держать. Если четверка - хорошо, но можешь еще лучше. Тройка - пора срочно браться за дело, изучать, стараться понять. А двойка - это сигнал бедствия, трудись сам и обращай за помощью. - А единица? - поинтересовалась Белочка. - Сидим на мели, кораблю нужен буксир!!! - пошутил Лисенок. Ученики дружно рассмеялись. А Учитель, улыбаясь, продолжал: - Вы прекрасно поняли, что такое отметка! Я надеюсь, каждый из вас будет стремиться получать четверки и пятерки! - А при неудачах обращаться за помощью к

учителю и к товарищам? - спросил Зайчонок. - Конечно, и еще при неудачах помнить о том, что мы учимся, что главное - старание, и все обязательно получится!

Упражнение 4. Рисуночный метод «Я и моя семья»

Цель: выявить своеобразие эмоционального благополучия первоклассника в семье, зафиксировать позитивное отношение к родным его людям, осознание родственных чувств, чувства безопасности.

Содержание: Ребенку предлагается нарисовать себя посередине листа, а вокруг изобразить тех, кого малыш хотел бы видеть рядом с собой всегда (родителей, родных, друзей, домашних животных, игрушки и т. д.). Дать ребенку синий маркер (волшебную палочку) и попросить соединить себя с окружающими персонажами линиями – это волшебные нити. По ним, как по проводам, от любимых людей к малышу теперь поступает добрая сила: забота, тепло, помощь. Но и от ребенка должна идти такая же сила. Нити навсегда соединили малыша с теми, кто ему дорог. Теперь, если мама ушла на работу или друг уехал к бабушке, беспокоиться не стоит. Волшебные нити обязательно притянут их снова к ребенку.

Упражнение 5. Релаксационное упражнение «Путешествие на облаке»

Цель: развитие ассоциативного воображения.

Содержание: Детям предлагается удобно сесть и закрыть глаза, два-три раза глубоко вдохнуть и выдохнуть. Психолог: «Я хочу пригласить тебя в путешествие на облаке. Прыгни на белое пушистое облако, похожее на мягкую гору из пухлых подушек. Почувствуй, как твои ноги, спина удобно расположились на этой большой облачной подушке. Теперь начинается путешествие. Твое облако медленно поднимается в синее небо. Чувствуешь, как ветер овеивает твоё лицо? Здесь, высоко в небе, все спокойно и тихо. Пусть твоё облако перенесет тебя сейчас в такое место, где ты будешь счастлив. Постарайся мысленно «увидеть» это место как можно более точно. Здесь ты чувствуешь себя совершенно спокойно и счастливо. Здесь может произойти что-нибудь чудесное и волшебное... (30 секунд.) Теперь ты снова на своем облаке, и оно везет тебя назад, на твоё место в классе. Слезь с облака и поблагодари его за то, что оно так хорошо тебя покатило... Теперь понаблюдай, как оно медленно растает в воздухе... Потянись, выпрямись и снова будь бодрый, свежий и внимательный».

Упражнение 6. Ритуал прощания «Круг друзей»

Цель: окончить день в дружеской обстановке, создание позитивного настроения.

Содержание: Стоя в круге, все держатся за руки. Затем предлагается с помощью рукопожатий передать друг другу чувство радости, нежности, поздороваться друг с другом, потанцевать, попрыгать, попрощаться.

Занятие №7 «Мы – одна команда!»

Цель: сформировать у первоклассника толерантное отношение к окружающим, сформировать навыки дружеских отношений в классе, развить навык сотруничества.

Упражнение 1. Приветствие «Волшебные ладошки»

Цель: создание доброжелательного микроклимата, настрой на работу.

Содержание: Первоклассники встают в круг и по команде психолога поприветствовали друг друга по очереди – хлопнули соседа справа по ладошкам и сказали, называя по имени: «Здравствуй, ...».

Упражнение 6. Ритуал прощания «Круг друзей»

Цель: окончить день в дружеской обстановке, создание позитивного настроения.

Содержание: Стоя в круге, все держатся за руки. Затем предлагается с помощью рукопожатий передать друг другу чувство радости, нежности, поздороваться друг с другом, потанцевать, попрыгать, попрощаться.

Упражнение 2. Игра «Иголочка и ниточка»

Цель: мотивационная подготовка первоклассников к совместной деятельности.

Содержание: Один ребенок берет на себя роль «иголки» и встает первым, остальные дети «ниточка» встают за ним, держа друг друга за пояс. По сигналу взрослого «иглочка» начинает двигаться в любом направлении, «ниточка» старается двигаться в такт, чтобы не отстать (не порваться). Играть можно несколько раз и менять психолога.

Упражнение 3. Сказка «Жадность»

Цель: знакомство с новым миром предметов в школе, научение первоклассников правильно обращаться со школьными предметами, адекватно относиться к ним, развить аккуратность и самостоятельность.

Содержание: Целый месяц прошел после назначения дежурных помощников. И наши первоклассники старались изо всех сил, чтобы научиться секретам Госпожи Аккуратности. У многих это чудесно получалось! Школьники стали очень бережно относиться к своим вещам! У некоторых учеников бережливость стала проявляться слишком сильно, и даже обидно для окружающих. - Не бери мой карандаш, ты его ломаешь! - кричал на Зайчонка Лисенок. - А я не дам тебе свою линейку! - отвечал Зайчонок. - Мне не нравится, что ты садишься на мой стульчик, испачкаешь! - ворчала Белочка на Волчонок. - Не прикасайтесь к моему костюмчику! - отгонял от себя своих друзей Медвежонок во время игры. Учитель-Еж наблюдал за этим явлением, недовольно покачивая головой. - Ребята, вам пора лечиться! - обратился он к школьникам. - Но мы ведь все здоровы! - удивились ученики. - К нам в школу прилетел вирус жадности. Это двоюродная сестра Лени, колдунья Жадность, наверное, прислала его к нам, чтобы всех посорить. - А что же теперь делать? Как лечиться? - заволновались ребята. - Есть одно средство, про которое мне рассказала фея Доброта, - ответил Еж. - Это добрые поступки, только ведь не все знают, что это такое. - Это когда делаешь что-то приятное своему другу, - предположил Зайчонок. - Или своей маме, - продолжала Белочка. - Или учителю, - тихо произнес Волчонок. - Или себе, - важно вставил Медвежонок. Все ученики рассмеялись. - Каждый из вас в чем-то прав! Но не полностью, а частично! Ведь добрые поступки приятны всем окружающим и себе тоже. Если мы помогаем другу обидеть кого-то, то это уже не добрый поступок, а злой. Если мы отдаем единственную ручку товарищу, который все позабыл дома, а сами не сможем писать на уроке, то это тоже не добрый, а глупый поступок. Поэтому добрые поступки трудно совершать. Но самый первый шаг на пути к доброму поступку - это услышать просьбу о помощи. - А второй шаг? - спросили ребята. - Второй шаг - это стремление помочь, но предварительно подумав, как это сделать быстро и удобно для всех, - ответил Учитель. - Но как же быть с единственной ручкой? Если другу она нужна, а у меня другой нет, ему следует отказать в помощи? - волновался Волчонок. - Можно дать ему карандаш, - подумав, ответила Белочка. - Или обратиться вместе с ним к другим ученикам, наверняка, есть у кого-то запасная ручка, - предложил свой вариант Лисенок. - А я бы отдал свою единственную ручку другу, а то меня будут считать жадиной, - грустно произнес Зайчонок. - Как вы думаете, ребята, обрадовался бы друг, если у Зайца из-за него были бы неприятности? - спросил Учитель. - Если он настоящий друг, то сам бы отказался от такой жертвы, - ответил Медвежонок. Все ученики задумались. - Но как же быть с жадностью? - задал вопрос Зайчонок. - Если каждый из вас будет думать о добрых поступках и стремиться их совершать, то жадность быстро исчезнет, и вы будете снова здоровыми, - ответил ученикам Еж. - Но я очень беспокоюсь за свои вещи, потому что тружусь, стараюсь, а вдруг кто-нибудь сломает или потеряет, - продолжала волноваться Белочка. - Это называется бережливостью, а не жадностью, - объяснил учитель. - Но если к вам обратились с просьбой и вы делитесь своими дорогими и любимыми вещами, попросите быть аккуратными с ними, и вашу просьбу тоже выполнят. - А если не выполнят, сломают, например, нечаянно? - беспокоилась Белочка. - Тогда вспомним наше правило: "Кто ломает, тот и чинит. Кто теряет, - покупает", - напомнил всем Волчонок. - Да, чуть не

забыл, чтобы вылечиться от жадности, старайтесь каждый день совершать не менее трех добрых поступков! Так мне сказала Фея, - вспомнил Учитель. - А делиться угощениями - это тоже добрый поступок? - спросил Волчонок. - Конечно! И мы продолжим наш разговор о добрых поступках, а сейчас нам пора завтракать! - ответил Учитель.

Упражнение 4. Рисуночный метод «Обида. Злость»

Цель: обучение первоклассников демонстрации эмоций, отделению положительных и отрицательных эмоций, обучение навыкам саморегуляции, выплеск негативных эмоций.

Содержание: С помощью кисточек, губок, ребята на своих листах изображают обиду и злость. Затем рисунки демонстрируются окружающим. После чего ребенок должен порвать, помять свою злость и обиду и выбросить в мусор.

Упражнение 5. Релаксационное упражнение «Снежная буря»

Цель: расслабление.

Содержание: Психолог: «Представьте зимний красивый лес. Вы все красивые зимние снежинки в этом прекрасном лесу. Все разные. Одинаковых снежинок в нашем лесу нет. Вы тихо падаете на снег, не слышно, плавно, медленно.... Но вдруг поднялся сильный ветер (ребята встают), и подхватил снежинки (все быстро начинают передвигаться), закружила метель, всех закружило в зимнем танце. Снежинки кружатся..., кружатся..., кружатся.... и тихо опускаются на снег. Метель заканчивается (все тихо садятся на стулья). Ветер утихает, погода успокаивается, выглянуло солнышко. Почувствуйте, как оно пригревает ваше личико, ваш животик, ручки, все ваше тело наполняется теплом, светом. Послушайте, как поют птицы в зимнем лесу. Послушайте, как дует теплый ветер. Вам спокойно и тепло. Спокойно и тепло. Теперь все возвращаются в класс. Открывают глазки».

Занятие №8 «Дружба крепкая не сломается»

Цель: научить первоклассников бесконфликтному общению, уважительному отношению к окружающим его людям.

Упражнение 1. Приветствие «Разожми кулачки!»

Цель: снижение уровня тревожности в группе, настрой на работу.

Содержание: Психолог: «Когда я говорю: «Первоклассник злится», вы сжимаете кулачки сильно-сильно и делаете вид, что очень сильно злитесь. А когда я скажу: «Первоклассник веселится!», вы вскакиваете со стульев и веселитесь вовсю».

Упражнение 2. Игра «Снежная баба»

Цель: снятие напряжения, тревожности.

Содержание: Психолог: «Сначала у нас замерзает голова. (Напрягите голову.) Затем плечи, туловище. Ветер дует все сильнее, замораживает наши ноги! Улетел ветер к злой волшебнице. Увидело доброе солнышко замерзшую бабу и решило ее отогреть. Стало солнышко припекать и начала баба таять. Сначала растаяла голова (расслабляем голову), затем плечи, руки, туловище (склоняются вперед) а потом и ноги (сгибают в коленях и садятся). Растаяла снежная баба, и вдруг превратилась в веселых ребят! Запрыгали ребята, закричали солнышку: «Спасибо!».

Упражнение 3. Сказка «Шапка-невидимка»

Цель: помощь в понимании неадекватности своего поведения и поиск позитивных моделей с помощью сказочного персонажа, проявление новых качеств личности ребенка.

Содержание: В Лесной школе появился еще один новый ученик. Это Мышонок. Мышонок был очень способным ребенком. Об этом ему постоянно говорили мама с папой, а дедушка с бабушкой всегда восхищались им. "Самый умный, самый находчивый, самый веселый..." - твердили они ему. Пропищит Мышонок пронзительно, а дедушка ликует: "Ты просто соловей у нас!" Перекувырнется Мышонок через

хвостик, а бабушка радуется: "Ой, акробат!" Да и родители говорили, что он точно будет отличником, ведь учится почти с пеленок и все уже знает. И Мышонку на самом деле стало казаться, что он исключительный. Осталось только дождаться того дня, когда будет возможность это доказать всем жителям леса. В Лесной школе почему-то приняли его без восторгов и восхищения. Учитель Еж спрашивал всех учеников. Если Мышонок выкрикивал ответ, перебивая школьников, Учитель расстраивался и, все равно, дожидался ответа других учеников. Мышонок, конечно, тоже отвечал, но ему казалось, что недостаточно часто. И если ответ был верный, то Мышонок гордо вертелся во все стороны, чтобы насладиться вниманием одноклассников. Но ожидания не оправдывались, и ученики, и Учитель не замечали "гениальности" Мышонка. Тогда Мышонок решил удивить всех своим "соловьиным" писком. И это ему удалось! Учитель внимательно и строго посмотрел на Мышонка, а ученики громко рассмеялись. "Вот, наконец-то, - думал Мышонок, - все заметили меня!" Он, забыв об уроке, начал мучительно думать, чем еще поразить окружающих. Особенно Мышонку понравилось, когда Белочка рассмеялась над его прыжком через хвостик во время урока. Только Учитель не улыбался, он подошел и тихо спросил проказника: - Почему ты нам мешаешь? Но вместо ответа все услышали пронзительный писк Мышонка. Ребята-зверята смеялись, и Мышонок был счастлив. Когда пришли за первоклассниками родители, новый ученик чувствовал себя героем. Учитель-Еж спросил у мамы и папы Мышонка, что могут означать его действия. Но, увидев восхищение своим сыном в глазах у родителей, он призадумался: "Что же делать? Как помочь Мышонку стать настоящим учеником Лесной школы? Ведь пока он поступает, как маленький ребенок, а не как ученик! Как научить его быть терпеливым и выполнять школьные правила? Как научить Мышонка веселить всех на перемене, а не на уроке? Как научить его помогать, а не мешать своим товарищам? Как научить его радоваться успехам своих новых друзей?" На следующий день Учитель-Еж начал урок с истории о "Шапке-невидимке", которая хранилась в самом секретном месте в кабинете у директора школы. Это шапка - невидимая, и она делает невидимыми тех, кто ее надевает. Еж "держал" ее в своих руках и готовился надеть на голову ученику, который всем мешает учиться. Мышонок захотел, чтобы надели ему, в ней он еще больше поразит окружающих. Еж с грустью подошел к парте Мышонка и дотронулся до его головы. Казалось, что ничего особенного не произошло, только ребята-зверята перестали обращать внимание на кривляния Мышонка, да и на звуки тоже. Мышонок старался проказничать изо всех сил, но потом ему это надоело (ведь никто уже не смеялся, не обращал на него внимания). Через некоторое время он стал прислушиваться к заданиям Учителя. Пытался их выполнить правильно и захотел выйти с ответом к доске. Но его желания никто не заметил. Мышонок обиделся и надул щеки: "Ну и пусть, они все еще пожалеют!" Наконец прозвенел звонок, началась перемена! Когда ученики ушли играть в коридор, Учитель вновь дотронулся до головы Мышонка и "снял" шапку. - Правда, грустно чувствовать себя в одиночестве, - тихо сказал Еж и добавил: - Порадуй ребят на перемене, поиграй, отдохни вместе с ними, а когда прозвенит звонок на урок, "Шапка-невидимка" вновь вернется к тебе, пока ты не научишься помогать друзьям в учебе, а не мешать им. Мышонок сидел молча и к ребятам играть, не пошел. Он думал... Так прошла перемена, потом прошел урок, на котором всем было интересно. Перед уроком математики Мышонок вновь остался в классе, не играл с ребятами и чувствовал себя самым несчастным. Но вдруг он заметил Белочку, которая никак не могла решить домашнюю задачку. - Что, пропрыгала дома, а теперь пытаешься задачку решить? - ехидно спросил Мышонок. - Нет, я вчера весь вечер решала, но ничего не получается! - обиженно ответила Белочка. Мышонок подошел к Белочке и посмотрел ее решение: - Хочешь, я помогу тебе? Белочка молча кивнула. Они вместе справились с задачкой, и Мышонок вновь услышал звонкий, радостный смех Белочки и увидел благодарность в ее глазах! Никогда Мышонок не чувствовал себя таким нужным и

взрослым! Ему было очень приятно! На уроке математики Зайчонок отвечал у доски, а помогать ему Учитель-Еж пригласил Мышонка. И вновь Мышонок почувствовал себя нужным и увидел благодарность в глазах Зайчонка! Ведь он не отвечал за товарища, не перебивал его, а добавлял и вопросами помогал быстрее вспомнить необходимое. После того как Учитель поблагодарил Зайчонка и Мышонка за хорошую работу и пригласил их сесть на места, Мышонок вдруг вспомнил про "Шапку-невидимку". - Что же с ней случилось, почему и куда она исчезла? - удивлялся Мышонок. А Учитель-Еж и ребята - зверята дружелюбно улыбались...

Упражнение 4. Рисуночный метод «Несуществующее животное»

Цель: развитие творческого восприятия, эмоциональная разгрузка.

Содержание: Детям предлагается придумать и нарисовать несуществующее животное, то есть такое, которое никогда и нигде ранее не существовало и не существует (нельзя использовать героев сказок и мультфильмов). После выполнения работы детям предлагается назвать его несуществующим именем, рассказать про него, что он любит, не любит, чем питается, с кем общается, где живет.

Упражнение 5. Релаксационное упражнение «Хрустальное путешествие»

Цель: расслабление, развитие ассоциативного воображения.

Содержание: Психолог: «Сядьте удобно, расслабьтесь, закройте глаза. Представьте себе следующее. Вы входите в весенний яблоневый сад, медленно идете по аллее, вдыхая запах нежных бело-розовых цветов и наслаждаясь им. По узкой тропинке вы подходите к калитке, открываете ее и попадаете на душистый зеленый луг. Мягкая трава качается, приятно жужжат насекомые, ветерок ласкает ваше лицо, волосы... Перед вами озеро... Вода прозрачна и серебриста, гоняются друг за другом солнечные зайчики. Вы медленно идете к острову, идете по берегу вдоль озорного ручейка и подходите к водопаду... Вы входите в него, и сияющие струи очищают вас, наполняют силой и энергией... А теперь пора возвращаться. Мысленно проделайте весь свой путь в обратном направлении, выйдите из яблоневого сада и только тогда откройте глаза».

Упражнение 6. Ритуал прощания «Круг друзей»

Цель: окончить день в дружеской обстановке, создание позитивного настроения.

Содержание: Стоя в круге, все держатся за руки. Затем предлагается с помощью рукопожатий передать друг другу чувство радости, нежности, поздороваться друг с другом, потанцевать, попрыгать, попрощаться.

Занятие №9 «Сильные зайчата, смелые бельчата»

Цель: снизить тревожность первоклассников, научить распознавать свои чувства и чувства окружающих.

Упражнение 1. Приветствие «Дует ветер»

Цель: создание эмоционального комфорта, настрой на работу.

Содержание: Со словами «Дует ветер на...» психолог начинает игру. Чтобы участники игры узнали друг о друге больше, вопросы могут быть следующими: «Ветер дует на того, у кого светлые волосы» все светловолосые собираются в одну кучку. «Ветер дует на того, у кого... есть сестра», «кто любит животных», «кто много смотрит сказок», «у кого нет друзей» и т.д. Ведущего необходимо менять, давая возможность поспрашивать участников каждому.

Упражнение 2. Игра «Для чего ходят в школу»

Цель: осознание первоклассниками необходимости школы.

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

В школу ходят, чтобы играть. В школу ходят, чтобы читать. В школу ходят, чтобы разговаривать с соседом по парте. В школу ходят, чтобы дружить. В школу

ходят, чтобы считать. В школу ходят, чтобы писать. В школу ходят, чтобы учиться. В школу ходят, чтобы драться. В школу ходят, чтобы узнать что-то новое на уроке. В школу ходят, чтобы подсказывать одноклассникам. В школу ходят, чтобы похвастаться нарядами. В школу ходят, чтобы выполнять задания учителя.

Упражнение 3. Сказка «Смешные страхи»

Цель: снижение тревожности, страхов, уменьшение негативных эмоций у первоклассников, научение рефлексировать свои поступки, осознавать причины своих волнений через сказочные образы лесных школьников.

Содержание: Наступило первое сентября. Каждому ученику понятно - в этот день дружно идем в школу! А для первоклассников - это особенный день: день знакомства со школой, с учителем, с классом. Солнышко улыбалось нашим первоклассникам, еще теплый ветерок подгонял их в пути. Аккуратные, красивые, с настоящими портфелями и с ярким букетом цветов приближались они к Лесной школе. Около школы учеников встречал Учитель-Еж. Он внимательно рассматривал каждого ученика и добродушно улыбался. Букет ему очень понравился, Еж оценил старания ребят. "Спасибо!" - произнес Учитель, и его глаза засветились веселыми огоньками. Сорока шумно приветствовала учеников звонком, который эхом разнесся по всему лесу. - Прошу всех пройти в класс и выбрать парту, где вам будет удобно учиться! - торжественно произнес Еж. Первоклассники осторожно проследовали за учителем, но, увидев светлый класс, осмотрелись, и смело нашли себе подходящее место. - На первом уроке сегодня мы будем знакомиться, - спокойно произнес Еж. - Вы расскажете, как вас зовут, чем любите заниматься. Каждый из учеников рассказывал о своих любимых играх, мультиках, книгах и даже о любимых сладостях. Только Зайчонок ничего не рассказывал. Он сжался в комочек и спрятался за парту так, что выглядывали одни дрожащие ушки. Еж не сразу обратился к нему, подождал, пока все ученики выскажутся. - А как тебя зовут? И чем ты любишь заниматься? - прозвучало над заячьим ушком. - Я? Не-не-не знаю! - дрожащим голосом прошептал Зайчонок. - Кто тебя так напугал? - забеспокоился Учитель. - Бра-братишка... - ответил Зайчонок, - он сказал, что в школе меня проучат как следует, да еще будут наказывать хворостинками. Все первоклассники рассмеялись. - А что еще рассказывал твой братишка про школу? - продолжал спрашивать Еж. - Он говорил... - уже смелее произнес Зайчик, - что у Вас очень острые иголки и что непослушных учеников Вы больно ими колете. Еж, все ученики и даже сам Зайчонок дружно смеялись. - Да, твой братишка - фантазер! - с улыбкой сказал Учитель-Еж. - Наверное, ему не хотелось отпускать тебя в школу, потому что не с кем будет играть. Вот он и придумал эти страшилки. - Наверное... - уже спокойно отвечал Зайчонок, - еще он обиделся на меня за то, что я научился лучше его прыгать и бегать. - А ты любишь бегать и прыгать? - уточнил Учитель. - Очень! - радостно ответил Зайчонок. - Очень хорошо! Значит, ты будешь на физкультуре лучшим учеником! А на перемене сможешь организовывать подвижные игры для отдыха. После этих слов Учителя прозвенел звонок с урока, и Еж пригласил ребят в коридор отдохнуть. Первоклассники с улыбкой выходили из класса, а Зайчонок уверенно шагал впереди всех.

Упражнение 4. Рисуночный метод «Рисование собственной эмоции»

Цель: обучение первоклассников выражать собственные эмоции, угадывать чувства и настроения окружающих, обучение навыкам саморегуляции.

Содержание: Детям на листах бумаги предлагается изобразить собственную эмоцию. После окончания работы каждый участник рассказывает про свои эмоции, называя их.

Упражнение 5. Релаксационное упражнение «Полет бабочки»

Цель: релаксации, эмоциональная диагностика.

Содержание: Психолог: «Нашим цветам солнышко светит ярко, излучая тепло, значит с настроением у нас все в порядке. Можно расслабиться и немного отдохнуть.

(Звучит релаксационная музыка со звуками природы, шумом прибоя, криком чаек). Закройте глаза и слушайте мой голос. Дышите легко и глубоко, ... спокойно. Представьте себе, что вы находитесь на лугу в прекрасный осенний день. Прямо перед собой вы видите великолепную бабочку, порхающую с цветка на цветок.... Проследите за движениями ее крыльев. Движения ее крыльев легки и грациозны. Теперь каждый пусть вообразит, что он – бабочка. Что у него красивые и большие крылья.... Почувствуйте, как ваши крылья медленно и плавно движутся вверх и вниз, вверх и вниз... Наслаждайтесь ощущением медленного и плавного парения в воздухе. А теперь взгляните на пестрый луг, над которым вы летите. Посмотрите, сколько на нем ярких цветов... Найдите глазами самый красивый цветок и постепенно начинайте приближаться к нему. Теперь вы даже чувствуете аромат своего цветка. Медленно и плавно вы садитесь на мягкую пахучую серединку цветка, рассматриваете его и цветы вокруг. Вдохните еще раз его аромат, представьте какого цвета бабочка и откройте глаза (Звучит спокойная музыка.)

Упражнение 6. Ритуал прощания «Круг друзей»

Цель: окончить день в дружеской обстановке, создание позитивного настроения.

Содержание: Стоя в круге, все держатся за руки. Затем предлагается с помощью рукопожатий передать друг другу чувство радости, нежности, поздороваться друг с другом, потанцевать, попрыгать, попрощаться.

Занятие №10 «Делу – время, потехе - час»

Цель: сформировать у первоклассников социально одобряемые формы поведения, сформировать положительное отношение к школьным правилам.

Упражнение 1. Приветствие «Закончи предложения»

Цель: сплочение коллектива первоклассников, настрой на работу.

Содержание: Дети завершают предложения, которые произносит ведущий: «Я хотел идти школу, потому что...», «Я хожу в школу, чтобы научиться...» и т.д.

Упражнение 2. Игра «Пересядьте все те, у кого...»

Цель: группообразование.

Содержание: Участники группы сидят в кругу, ведущий стоит в центре круга, так как для него нет свободного стула. Он – водящий. Водящий должен объявить, кто будет меняться местами. Например, он говорит: «Пересядьте все те, у кого...» и называет общие вещи, свойства и пр., которые есть у большинства участников. Например: «Пересядьте все те, у кого есть волосы», «кто сегодня завтракал», «кто учится в школе». Во время пересаживания водящий должен успеть занять чье-то место, в результате кому-то из участников не хватает стула и он становится водящим и делает то же, что и первый, после чего цикл игры повторяется.

Упражнение 3. Сказка «Игры в школе»

Цель: помощь в снижении школьной тревоги у первоклассников, формирование позитивных моделей поведения в реальной жизни, приобретение нового опыта.

Содержание: На перемене ребята - зверята успели рассмотреть школу и поделиться с друзьями своими впечатлениями. - Да, попрыгать-то здесь особенно негде! - произнесла Белочка. - Почему? - возразил Волчонок. - А стулья и столы в классе? Как раз для прыжков пригодятся. Белочка обрадовалась находчивости Волчонка. Вместе они устроили настоящие гонки с препятствиями по всему классу. Когда прозвенел звонок на урок, игра была в самом разгаре. Возбужденный и всклокоченный Волчонок не сразу заметил Учителя. А когда остановился, то с удивлением оглянулся на своих товарищей. Белочка тоже не могла понять, в чем дело. Остальные ученики стояли около своих столиков и растерянно смотрели на беспорядок в классе. - Да, повеселились... - спокойно произнес Еж. - А звонок на урок уже прозвенел! - Я не слышал! - сказал запыхавшийся Волчонок. - И я не слышала... - прошептала Белочка. - Белочка и Волчонок, поставьте, пожалуйста, столы и стулья

ровно, - попросил Учитель. Когда порядок в классе был восстановлен, учитель объявил урок математики. Еж предложил ребятам познакомиться с учебником, с тетрадкой в клетку. В тетради надо было выполнить первое задание: сосчитать и нарисовать фигуры. Все справились быстро, только Волчонок с Белочкой не поняли задание. А когда Белочке стало совсем скучно, она достала из портфеля орешки и принялась их рассматривать, играть. - Как у тебя получилось, Белочка? - обратился к ученице Еж. - А я ничего не смогла сделать, - произнесла Белочка, спрятав орешки в парту. - Но ведь сейчас Заяц еще раз подробно объяснял задание! Ты не слышала? - Нет! - призналась Белочка. - Не слышала... - А что же ты делала? - поинтересовался Еж. - Я играла с орешками, - честно призналась Белочка. - Ну что же, пришло время для разговора об играх в школе, - обратился Еж ко всему классу. - Играть в школе можно, но давайте вместе подумаем, когда играть, где, как и в какие игры, - продолжал Учитель. - Можно прыгать и бегать! - радостно предложил Волчонок, который еще находился под приятным впечатлением от игры с Белочкой. - Можно, - согласился Еж. - Но только на спортивной площадке или в физкультурном зале. А в классе или в коридоре от таких игр могут произойти неприятности. Какие, ребята? - Испачкаются, сломаются столы или стульчики! - ответил Лисенок, лапкой нежно поглаживая свою парту. - Больно ушибутся сами ученики или ударят кого-то нечаянно! - забеспокоился Зайчонок. - Да, это верно! А еще? После таких игр трудно сразу успокоиться и на уроке ученик становится рассеянным, ему трудно понимать, слушать! - подсказал ребятам Еж. - Это точно, - согласились Волчонок и Белочка, но вместе добавили: - Но во что же нам играть во время отдыха на перемене? Все задумались. И Еж думал вместе с ребятами. - Можно играть в настольные игры, в шашки, в шахматы? - спросил Медвежонок. - Конечно, можно! Но если долго сидишь на уроке, а потом сидишь еще и на перемене, спина будет уставать. Да и подвигаться для организма полезно, - объяснял Учитель. - А может быть, нам сделать теннисный стол в коридоре и устраивать соревнования? - предложил Заяц. - И еще повесим на стенку цветной круг, и будем бросать в цель маленькие мячики на липучках! - размышлял Лисенок. - Молодцы, ребята! Здорово придумали! - похвалил Учитель. - Так мы и сделаем. А есть и другие интересные и нешумные игры: "Ручеек", "Тише едешь - дальше будешь", "Путанка" и другие. Я обязательно вас с ними познакомлю. А во что можно играть на уроке? - На уроке не играют, а учатся! - важно произнес Медвежонок. - А то весь урок пропустишь! Как же тогда узнавать новое? - Правильно, Медвежонок! - согласился Еж. - Но есть игры, которые помогают лучше усвоить, закрепить урок. И я тоже буду вас с ними знакомить. А игрушки на уроке сильно отвлекают самого ученика и его товарищей. Поняла, Белочка? - Да, - тихо произнесла она. - Я больше не буду, извините меня, пожалуйста. - Конечно, мы тебя извиняем, а на ваших ошибках сегодня все научились правильно играть и отдыхать в школе. Прозвенел звонок с урока. Ребята-зверята дружно стали устанавливать теннисный стол в коридоре. А Еж научил всех новым играм. Так весело и интересно прошел первый день в Лесной школе.

Упражнение 4. Рисуночный метод «Двое с одним мелком»

Цель: создание дружественной атмосферы, формирование социального доверия, сплоченности.

Содержание: Детям нужно разбиться на пары и сесть за стол рядом с партнёром. «Теперь вы одна команда, которая должна нарисовать картину. Вам даётся один только карандаш. Вы должны одной рукой вместе держаться за карандаш и рисовать одну картину, передавая. В этой игре есть такое правило – нельзя разговаривать во время рисования. На рисунок вам отводится 5 минут. Далее идет обсуждение: Что ты нарисовал, работая в паре? Сложно ли вам было рисовать молча? Пришел ли ты к единому мнению со своим партнером? Трудно ли тебе было оттого, что изображение постоянно менялось?»

Упражнение 5. Релаксационное упражнение «Росток»

Цель: расслабление всего тела.

Содержание: Психолог: «Исходное положение – сидя на корточках; голову нагнуть к коленям, обхватив их руками. Представь себе, что ты – маленький росток, только что показавшийся из земли. Ты растешь, постепенно выпрямляясь, раскрываясь и устремляясь вверх. Я буду помогать тебе «расти». Называется часть тела, которая активизируется в данный момент при абсолютной пассивности других. На счет 1 медленно выпрямляются ноги; 2 – ноги продолжают «расти», постепенно «оживают» руки, висят как «тряпочки»; 3 – осторожно выпрямляется позвоночник (от поясницы к плечам); 4 – выпрямляются плечи, шея и голова; 5 – руки поднимаем вверх, смотрим на «солнышко», тянемся к нему». Усложняя задачу, психолог может увеличивать этапы «роста» до 10-20.

Упражнение 6. Ритуал прощания «Круг друзей»

Цель: окончить день в дружеской обстановке, создание позитивного настроения.

Содержание: Стоя в круге, все держатся за руки. Затем предлагается с помощью рукопожатий передать друг другу чувство радости, нежности, поздороваться друг с другом, потанцевать, попрыгать, попрощаться.

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

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

Таблица 4 – Индивидуальные показатели уровня самооценки первоклассников по методике «Лесенка» (автор В.Г. Щур) после формирующего эксперимента

№	Степень	Результат
1	2	адекватная самооценка
2	2	адекватная самооценка
3	3	адекватная самооценка
4	2	адекватная самооценка
5	1	завышенная самооценка
6	2	адекватная самооценка
7	2	адекватная самооценка
8	4	заниженная самооценка
9	2	адекватная самооценка
10	2	адекватная самооценка
11	4	заниженная самооценка
12	2	адекватная самооценка
13	2	адекватная самооценка
14	2	адекватная самооценка
15	2	адекватная самооценка
16	3	адекватная самооценка
17	3	адекватная самооценка
18	2	адекватная самооценка
19	2	адекватная самооценка
20	3	адекватная самооценка

Итого:

– завышенная самооценка	5% (1 чел.)
– адекватная самооценка	85% (17 чел.)
– заниженная самооценка	10% (2 чел.)
– низкая самооценка	0% (0 чел.)
– крайне низкая самооценка	0% (0 чел.)

Таблица 2 – Индивидуальные показатели уровня школьной мотивации первоклассников по методике «Анкета для определения школьной мотивации» (автор Н.Г. Лусканова) после формирующего эксперимента

№	Балл	Результат
1	20	средний уровень мотивации
2	24	средний уровень мотивации
3	16	внешняя мотивация
4	22	средний уровень мотивации
5	21	средний уровень мотивации
6	22	средний уровень мотивации
7	26	высокий уровень мотивации
8	14	низкий уровень мотивации
9	26	высокий уровень мотивации
10	20	средний уровень мотивации
11	20	средний уровень мотивации
12	30	высокий уровень мотивации
13	26	высокий уровень мотивации
14	26	высокий уровень мотивации
15	15	внешняя мотивация
16	24	средний уровень мотивации
17	16	внешняя мотивация
18	25	высокий уровень мотивации
19	20	средний уровень мотивации
20	23	средний уровень мотивации

Итого:

– высокий уровень мотивации	30% (6 чел.)
– средний уровень мотивации	50% (10 чел.)
– внешняя мотивация	15% (3 чел.)
– низкий уровень мотивации	5% (1 чел.)
– негативное отношение к школе	0% (0 чел.)

Таблица 3 – Индивидуальные показатели наличия школьной тревожности первоклассников по проективной методике диагностики школьной тревожности (автор А.М. Прихожан) после формирующего эксперимента

№	Количество неблагоприятных ответов	Результат
1	1	отсутствие школьной тревожности
2	2	отсутствие школьной тревожности
3	9	наличие школьной тревожности
4	6	отсутствие школьной тревожности
5	7	наличие школьной тревожности
6	4	отсутствие школьной тревожности
7	2	отсутствие школьной тревожности
8	8	наличие школьной тревожности
9	2	отсутствие школьной тревожности
10	1	отсутствие школьной тревожности
11	2	отсутствие школьной тревожности
12	5	отсутствие школьной тревожности
13	4	отсутствие школьной тревожности
14	4	отсутствие школьной тревожности
15	1	отсутствие школьной тревожности
16	4	отсутствие школьной тревожности
17	2	отсутствие школьной тревожности
18	4	отсутствие школьной тревожности
19	6	отсутствие школьной тревожности
20	3	отсутствие школьной тревожности

Итого:

– наличие школьной тревожности	15% (3 чел.)
– отсутствие школьной тревожности	85% (17 чел.)

Таблица 7 – Таблица расчета Т-критерия Вилкоксона по методике «Лесенка» (автор В.Г. Щур)

№	До	После	Сдвиг	Абсолютное значение сдвига	Ранговый номер сдвига
1	1	2	1	1	3
2	2	2	0	0	-
3	5	3	-2	2	10
4	2	2	0	0	-
5	1	1	0	0	-
6	4	2	-2	2	10
7	2	2	0	0	-
8	6	4	-2	2	10
9	2	2	0	0	-
10	4	2	-2	2	10
11	5	4	-1	1	3
12	1	2	1	1	3
13	3	2	-1	1	3
14	4	2	-2	2	10
15	4	2	-2	2	10
16	3	3	0	0	-
17	5	3	-2	2	10
18	4	2	-2	2	10
19	4	2	-2	2	10
20	2	3	1	1	3
Итого:					105

$$\sum x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+14)14}{2} = 105$$

Нетипичный сдвиг – увеличение значения.

Тэмп=9

Критические значения Т при n=14 (кол-во сдвигов):

Ткр=15 (p≤0.01);

Ткр=25 (p≤0.05)

Таблица 8 – Таблица расчета Т-критерия Вилкоксона по методике «Анкета для определения школьной мотивации» (автор Н.Г. Лусканова)

№	До	После	Сдвиг	Абсолютное значение сдвига	Ранговый номер сдвига
1	21	20	-1	1	3,5
2	23	24	1	1	3,5
3	11	16	5	5	3,5
4	20	22	2	2	3,5
5	17	21	4	4	3,5
6	19	22	3	3	3,5
7	25	26	1	1	9
8	9	14	5	5	9
9	24	26	2	2	9
10	15	20	5	5	9
11	14	20	6	6	9
12	29	30	1	1	12
13	27	26	-1	1	14,5
14	22	26	4	4	14,5
15	16	15	-1	1	14,5
16	22	24	2	2	14,5
17	12	16	4	4	18
18	23	25	2	2	18
19	16	20	4	4	18
20	21	23	2	2	20
Итого:					210

$$\sum x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+20)20}{2} = 210$$

Нетипичный сдвиг – уменьшение значения.

Тэмп=32,5

Критические значения Т при n=20 (кол-во сдвигов):

Ткр=43 (p≤0.01);

Ткр=60 (p≤0.05)

Таблица 9 – Таблица расчета Т-критерия Вилкоксона по проективной методике диагностики школьной тревожности (автор А.М. Прихожан)

№	До	После	Сдвиг	Абсолютное значение сдвига	Ранговый номер сдвига
1	2	1	-1	1	6,5
2	3	2	-1	1	6,5
3	8	9	1	1	6,5
4	7	6	-1	1	6,5
5	9	7	-2	2	14
6	4	4	0	0	-
7	3	2	-1	1	6,5
8	10	8	-2	2	14
9	3	2	-1	1	6,5
10	2	1	-1	1	6,5
11	3	2	-1	1	6,5
12	7	5	-2	2	14
13	4	4	0	0	-
14	4	4	0	0	-
15	2	1	-1	1	6,5
16	3	4	1	1	6,5
17	2	2	0	0	-
18	5	4	-1	1	6,5
19	7	6	-1	1	6,5
20	3	3	0	0	-
Итого:					120

$$\sum x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+15)15}{2} = 120$$

Нетипичный сдвиг – увеличение значения.

Тэмп=13

Критические значения Т при n=15 (кол-во сдвигов):

Ткр=19 (p≤0.01);

Ткр=30 (p≤0.05)

ПРИЛОЖЕНИЕ 5

Технологическая карта внедрения результатов исследования психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы в практику

Цель	Содержание	Методы	Формы	Кол.	Время	Ответств.
1-й этап «Предварительное освоение предмета сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы в условиях психологической службы школы»						
1.1. Изучить психолого-педагогическую литературу по проблеме исследования	Анализ, синтез, обобщение психолого-педагогической литературы по проблеме исследования	Анализ, синтез, обобщение	Самообразование		05.2019-01.2020	Психолог, педагог ОУ
1.2. Определить цели и задачи исследования	Выделить цели и задачи предмета внедрения	Анализ теоретического материала по проблеме	Самообразование, консультации у научного руководителя		05.2019-03.2021	Научный руководитель
1.3. Изучить возрастные особенности первоклассников	Анализ возрастной психологии по проблеме исследования	Выделение психологических особенностей возрастной категории по проблеме исследования	Самообразование		05.2019-01.2021	Педагог-психолог ОУ
1.4. Разработать дерево целей исследовательской работы	Анализ психолого-педагогической литературы по целеполаганию	Целеполагание	Самообразование, консультации у научного руководителя		10.2020-01.2021	Педагог-психолог ОУ, научный руководитель
1.5. Разработать модель как схематическое представление исследовательской деятельности	Анализ психолого-педагогической литературы по процессу моделирования	Моделирование	Самообразование, консультации у научного руководителя		10.2020-01.2021	Педагог-психолог ОУ, научный руководитель
1.6. Изучить инструментарий психодиагностики по проблеме исследования	Анализ литературы по психодиагностике и определение диагностических методик	Отбор методов и методик для оценки уровня адаптации первоклассников	Самообразование, консультации у научного руководителя, психолога		05.2019-01.2021	Педагог-психолог ОУ, научный руководитель

Цель	Содержание	Методы	Формы	Кол.	Время	Ответств.
2-й этап «Целеполагание проведения программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы»						
2.1. Изучить необходимые документы по проведению психолого-педагогической программы развития	Анализ ФЗ «Об образовании РФ» и ФГОС, Образовательная программа МБОУ СОШ № 33 г. Челябинска	Изучение документации и нормативных источников	Беседа по предмету программы с директором С, психологом СОШ	1	04.2020	Директор, психолог, зам. директора по УВР, педагоги ОУ
2.2. Определить цели проведения психолого-педагогической программы развития	Обоснование целей и задач проведения психолого-педагогической программы – анализ необходимости проведения	Обсуждение	Педсовет	1	04.2020	Психолог, зам. директора по УВР
2.3. Разработать этапы предмета исследования	Анализ условий поэтапного проведения психолого-педагогической программы развития	Анализ образовательной деятельности в СОШ, анализ готовности ОУ к проведению психолого-педагогической программы	Семинар – педагогический анализ	1	04.2020	Психолог, зам. директора по УВР, методист
3-й этап «Формирование положительной психологической установки на проведение психолого-педагогической программы сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы в условиях психологической службы школы»						
3.1. Выработать состояние готовности у пед. коллектива ОУ к освоению процесса проведения исследования	Формирование мотивации на проведение исследования	Обоснование практического значения проведения исследования	Семинар-дискуссия	1	05.2020	Директор, психолог, зам. директора по УВР, педагоги ОУ
3.2. Сформировать положительную реакцию на проведение исследования у пед. коллектива, родителей и учеников	Пропаганда передового опыта по проведению исследования в ОУ и его значимости для системы образования	Презентации для педагогов; консультации для родителей; тренинг для первоклассников	Семинар-практикум с участием родителей	1; 1	06.2020	Психолог ОУ

Цель	Содержание	Методы	Формы	Кол.	Время	Ответств.
4-й этап «Изучение предмета психолого-педагогической программы»						
4.1. Изучить необходимые материалы по предмету исследования	Анализ материалов предмета исследования	Самообразование	Семинары, работа с литературой и информационными источниками	1	08.2020	Директор, психолог, зам. директора по УВР, педагоги ОУ
4.2. Изучить содержание предмета исследования	Анализ содержания предмета исследования	Самообразование, обсуждение	Семинар-педагогический анализ	1	08.2020	Директор, психолог, педагоги ОУ
4.3. Познакомить педагогов ОУ с методами, методиками проведения исследования	Изучение методов проведения исследования	Самообразование Наставничество, обмен опытом	Семинар-тренинг, Мастер-классы.	1; 3	08.2020	Психолог, зам. директора по УВР
5-й этап «Проведение психолого-педагогической программы сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы в условиях психологической службы школы»						
5.1. Провести констатирующий этап исследования адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы	Первичный срез по выбранным диагностическим методикам	Обсуждение, анализ результатов констатирующего эксперимента	Педагогическая мастерская	1	10.2020	Психолог, зам. директора по УВР
5.2. Обеспечить условия для проведения психолого-педагогической программы сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы в условиях психологической службы школы	Анализ предметной и развивающей среды в СОШ	Презентация для педагогов и психологов СОШ	Смотр на лучшую предметно-развивающую среду в группе	1	11.2020	Психолог, зам. директора по УВР

Цель	Содержание	Методы	Формы	Кол.	Время	Ответств.
5.3. Апробировать психолого-педагогическую программу сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы	Реализация психолого-педагогической программы сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы	Занятия, дополнительная образовательная деятельность	Экспериментальная площадка	12	11.2020-03.2021	Психолог, зам. директора по УВР
6-й этап «Совершенствование работы по проведению исследования адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы в условиях психологической службы школы»						
6.1. Определить результат психолого-педагогической программы	Анализ эффективности психолого-педагогической программы	Диагностика	Мониторинг, семинар-педагогический анализ	1; 1; 1	04.2021-05.2021	Психолог, директор, зам. директора по УВР, педагоги ОУ
6.2. Совершенствовать условия для проведения психолого-педагогической программы сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы	Анализ эффективности оснащения предметной и образовательной среды для проведения психолого-педагогической программы развития	Обсуждение	Доклад на педагогическом совете	1	02.2021	Педагоги, психолог и специалисты ОУ
7-й этап «Распространение передового опыта освоения и внедрения предмета исследования»						
7.1. Изучить и обобщить опыты внедрения по проблеме	Изучения и обобщение опыта, работать по проблеме	Посещение, наблюдение, изучение, анализ	Открытые занятия, буклеты,	4	09.2021-12.2021	Психолог, директор, зам. директора
7.2. Осуществить наставничество	Методическая и психологическая помощь по внедрению опыта в др. ОУ	Наставничество, демонстрация передового опыта педагогами – новаторами	Выступления на семинарах в Других ОУ	4	10.2021-12.2021	Психолог, директор, зам. директора по УВР
7.3. Осуществить пропаганду передового опыта внедрения	Пропаганда опыта внедрения в работе	Выступление	Семинар-практикум	1	02.2022	Зам. директора по УВР
7.4. Сохранить и углубить традиции работы над темой	Обсуждение динамики, работа над темой	Наблюдение, анализ	Семинар	1	02.2022	Директор