



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

Колледж ФГБОУ ВО «ЮУрГПУ»

**ПОВЫШЕНИЕ СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО**  
**ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**Выпускная квалификационная работа**  
**Специальность 44.02.02 Преподавание в начальных классах**

Форма обучения заочная

Работа рекомендована к защите  
«26» мая 2022 г.  
Заместитель директора по УР  
Пермякова Г.С.

Выполнила: студентка  
группы ЗФ-418-165-4-1  
Сibaгатуллина Лия Хамматовна  
Научный руководитель:  
преподаватель колледжа  
Парфентьева Людмила Викторовна

Челябинск  
2022

## Оглавление

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПОВЫШЕНИЯ СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ СРЕДСТВАМИ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ .....	8
1.1 Содержание понятия и характеристики социальной адаптации младших школьников .....	8
1.2 Особенности процесса развития социальной адаптации детей младшего школьного возраста.....	14
1.3 Педагогические средства повышения социальной адаптации младших школьников в рамках внеурочной деятельности	<b>Ошибка! Закладка не определена.</b>
Выводы по первой главе.....	<b>Ошибка! Закладка не определена.</b>
ГЛАВА 2 ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА ПО ПОВЫШЕНИЮ СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ.....	29
2.1 Методики диагностики уровня социальной адаптации .....	<b>Ошибка!</b>
<b>Закладка не определена.</b>	
2.2 Комплекс внеурочных мероприятий, направленных на повышение социальной адаптации .....	<b>Ошибка! Закладка не определена.</b>
2.3 Анализ результатов практической работы .....	49
Выводы по второй главе.....	521
ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	543
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ .....	576



## ВВЕДЕНИЕ

Актуальность социальная. Современный мир диктует свой взгляд на то, какой должна быть успешная личность XXI века: открытой к внешнему миру, уверенной в своих силах, проявляющей инициативность и самостоятельность, а также положительное и доброжелательное отношение к себе и окружающим. И для того чтобы ребенок был развит, самостоятелен, инициативен, а самое главное психологически спокоен необходимо помогать ему уже в первые годы обучения в школе.

Начало обучения в школе - один из наиболее сложных и ответственных моментов в жизни детей, как в социально-психологическом, так и в физиологическом плане. Изменяется вся жизнь ребенка: она подчиняется учебе, школьным делам и заботам. Это очень напряженный период, так как школа с первых же дней ставит перед учениками ряд задач, не связанных непосредственно с их опытом, требует максимальной мобилизации интеллектуальных и физических сил. Все дети, наряду с переполняющими их чувствами радости, гордости или удивления по поводу всего происходящего в школе, испытывают тревогу, растерянность, напряжение. У первоклассников в первые дни посещения школы снижается сопротивляемость организма, могут нарушаться сон, аппетит, повышаться температура, обостряться хронические заболевания.

Проблема адаптации – одна из актуальных междисциплинарных проблем, которая в настоящее время интенсивно исследуется. Адаптация-понятие, имеющее в науке различное смысловое толкование. В самом общем плане адаптация-это «взаимодействие живых организмов и окружающей среды, приводящее к наилучшему из приспособлению к жизни и деятельности». Адаптацию разделяют на два вида: биофизиологическую и

социально-психологическую. Она представляет собой процесс усвоения социально-психологических ролевых функций, приобретения людьми социально-психологического статуса. Со временем повышается адаптированность личности. Социальная адаптация – это процесс интеграции человека в общество, в результате которого достигается формирование самосознания и ролевого поведения, способности к самоконтролю и самообслуживанию, адекватных связей с окружающими.

Процесс адаптации - важнейший момент становления ребенка в качестве субъекта учебной деятельности. Во-первых, потому, что в ходе адаптации к школьному обучению ребенок получает ориентацию в системе поведения, что надолго определяет дальнейшую судьбу его развития. Во-вторых, в ходе этого процесса формируется ученический коллектив с определенным уровнем социально психологической сплоченности. Взаимоотношения в школьном классе выступают мощным средством привлечения личности ребенка к новым социальным функциям, культуры, нормам поведения, характерных для школы. Самым важным является то, что процесс привыкания к школьной жизни и её условия является сложным. Одни дети проходят этот процесс легко без психических травм, а другие достаточно сложно, вследствие чего и возникает проблема «школьной дезадаптации» и необходимости педагогической работы по повышению адаптации обучаемых.

В соответствии с Федеральными государственными образовательными стандартами начального общего образования (ФГОС НОО) для успешной адаптации первоклассника классный руководитель должны обеспечить индивидуальный подход к каждому ученику.

Проблемой адаптации к школе занимались и занимаются ученые, педагоги, психологи, физиологи, медики. Среди них Ш.А. Амонашвили, Н.Г. Лусканова, Р.В. Овчарова, И.А. Коробейников, С.А. Беличева, Л.С.

Выготский, М.М. Безруких, Н.В. Дубровинская, А.Я. Варламова, С.И. Семенака и др. Несмотря на значительный интерес исследователей к проблеме адаптации детей младшего школьного возраста к обучению в школе многие вопросы остаются слабо изученными, в частности, вопросы, касающиеся методических разработок, программ адаптации младших школьников к обучению. Ведь основной целью адаптационного периода обучающегося является создание педагогических условий, обеспечивающих благоприятное течение адаптации детей к школьному обучению. Для создания условий комфортного обучения важно не забывать о том, что обучающимся нужно пробуждать в них интерес к чему-то новому. Важным условием развития любознательности, инициативности является создание такой среды, которая стимулирует активные формы познания. В этом помогает внеурочная деятельность.

Внеурочная деятельность учащихся объединяет все виды деятельности школьников (кроме учебной деятельности и на уроке), в которых возможно и целесообразно решение задач их воспитания и социализации. Согласно Федеральному базисному учебному плану для общеобразовательных учреждений Российской Федерации организация занятий по направлениям внеурочной деятельности является неотъемлемой частью образовательного процесса в школе. Время, отводимое на внеурочную деятельность, используется по желанию учащихся и в формах, отличных от урочной системы обучения.

Под внеурочной деятельностью в рамках реализации ФГОС НОО следует понимать образовательную деятельность, осуществляемую в формах, отличных от классно-урочной, и направленную на достижение планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Кроме того, внеурочная деятельность в начальной школе позволяет решить ещё целый ряд очень важных задач:

- обеспечить благоприятную адаптацию ребенка в школе;
- оптимизировать учебную нагрузку обучающихся;
- улучшить условия для развития ребенка;
- учесть возрастные и индивидуальные особенности обучающихся.

Поэтому темой нашей работы мы выбрали «Повышение социальной адаптации детей младшего школьного возраста средствами внеурочной деятельности».

Цель: теоретически обосновать, разработать и апробировать комплекс педагогических мероприятий в рамках внеурочной деятельности, направленных на повышение уровня социальной адаптации младших школьников.

Объект: процесс повышения социальной адаптации младших школьников.

Предмет: педагогические средства повышения социальной адаптации детей младшего школьного возраста в рамках внеурочной деятельности.

Задачи:

1. Рассмотреть содержание понятия «социальной адаптации» в психолого-педагогической литературе, выявить характеристики адаптации обучаемого;
2. Выделить особенности процесса развития социальной адаптации у ребёнка младшего школьного возраста;
3. Рассмотреть педагогические средства повышения социальной адаптации младшего школьника;
4. Подобрать методики диагностики уровня социальной адаптированности детей младшего школьного возраста.

5. Подобрать и реализовать комплекс внеурочных мероприятий направленных на повышения уровня социальной адаптации школьников.
6. Проанализировать результаты работы.

Методы использованные для достижения цели: теоретические методы – анализ психолого-педагогической литературы синтез, обобщение, сравнение; эмпирические методы - тестирование, анкетирование; вспомогательные методы- составление таблиц,

База исследования: МОУ Аргаяшская Средняя Общеобразовательная Школа №2 Челябинская область, Аргаяшский район, село Аргаяш ул. Комсомольская д.29. В исследовании приняли участие обучающиеся 2 «Б» класса, 26 детей (из них 15 девочек и 11 мальчиков).

Практическая значимость данной выпускной квалификационной работы заключается в подборе теоретических материалов, разработанных диагностических программ которые могут использоваться учителями и специалистами для повышения социальной адаптации детей младшего школьного возраста.

Структура выпускной квалификационной работы – работа состоит из введения, двух глав, выводов, заключения, списка использованных источников.



# ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПОВЫШЕНИЯ СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ СРЕДСТВАМИ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

## 1.1 Содержание понятия и характеристики социальной адаптации младших школьников

Понятие «адаптация» в переводе с латинского переводится как «приспособление». Этот термин используется в настоящее время в разных областях знания (биология, философия, социология, социальная психология, этика, педагогика, экология и др.). Первоначально термин «адаптация» использовался в биологии (приспособление строения и функций организма к условиям существования и привыкания к ним).

Социальная адаптация – это процесс взаимодействия младшего школьника с новой социальной средой (с учителем, которого он видит впервые; со сверстниками, с которыми ему предстоит учиться в одном классе; приспособление к школьному режиму, который необходимо соблюдать и т.д.).

Те дети, которые посещали дошкольное учреждение или подготовительную группу, легко адаптируются к школьной жизни. Ведь многие из ребят - их друзья. Они вместе посещали одну группу, знают друг друга в лицо. И им знаком ход занятия: когда спрашивают, надо поднять руку и ответить; рисовать кружочки, квадратики, палочки, буквы и цифры. Дети, не посещавшие детский сад, проходят адаптационный путь тяжелее. Им приходится знакомиться с новыми людьми, заводить новых друзей, учиться работать в коллективе и т.д.

Ребенок может и не посещать дошкольное учреждение, если его морально подготовили и настроили родители. Главное здесь то, чтобы ребенок был готов к школе психологически. Чтобы он осознавал и морально

был готов вступить в новый для него мир. Ребенок должен иметь представления об окружающем мире, чтобы у него были сформированы элементарные понятия «что такое хорошо и что такое плохо».

Как отмечает Л.А. Венгер: «Быть готовым к школе – не значит уметь читать, писать и считать. Быть готовым к школе – значит быть готовым всему этому научиться» [9, с. 43].

Важно, чтобы ребенок был готов получить новые знания, расширить свой кругозор об окружающей действительности, приобрести новых друзей, положительно относиться к учению. В этом очень важна поддержка и любовь родителей. Если ребенок растет в благополучной и счастливой семье, где считаются с его мнением, любят и поддерживают, то ребенок легко адаптируется в новой для него среде. Ему не терпится узнать, как можно больше нового, он с радостью идет на контакт с учителем и ребятами. Если же ребенок воспитывается в неблагополучной семье, где присутствует попустительское отношение к ребенку (алкоголизм родителей, насилие и т.д.) и негативное отношение к школе, то само собой разумеется, такой ребенок не ожидает ничего хорошего в школе. У него низкая самооценка, скудные познания об окружающем мире, на любой контакт он может отреагировать агрессивно, или наоборот, замкнуться.

У разных детей по-разному проходит процесс адаптации. У некоторых он может составлять от 2-5 недель, у других может затянуться до конца первого полугодия, и есть дети, которые с трудом адаптируются к концу учебного года. Л.А. Венгер рассматривает адаптированность как систему качеств личности, умений и навыков, обеспечивающих успешность последующей жизнедеятельности, и выделяет три уровня адаптированности и первоклассников.

Первый уровень: первоклассник положительно относится к учебе, всегда с радостью посещает школу; легко усваивает программный материал, всегда и охотно выполняет домашнее задание и любые общественные поручения; внимательно слушает объяснения и указания учителя, прилежен в учебе; легко идет на контакт и заводит новых друзей, оказывает посильную помощь другим ребятам и занимает благоприятное статусное положение в классе.

Средний уровень: первоклассник положительно относится к учебе, посещение школы не вызывает отрицательных эмоций и переживаний; понимает учебный материал, если учитель объясняет подробно и наглядно; почти всегда выполняет домашнее задание и добросовестно выполняет общественные поручения; сосредоточен и внимателен при выполнении заданий только под контролем и в присутствии взрослых; имеет друзей в классе.

Низкий уровень: первоклассник отрицательно относится к посещению школы и уроков; часто жалуется на состояние здоровья или часто болеет; объяснения учителя слушает невнимательно; низкая работоспособность; не самостоятелен, интереса к заданиям не проявляет; пассивен при выполнении домашнего задания и общественных поручений (либо выполняет под контролем взрослых, либо по образцу, но без особого желания); не заводит друзей (если и имеет друзей, то чаще всего, себе подобных); часто идет на конфликт с окружающими [ 6, с.43].

Социально-психологическая адаптация - это процесс перестройки поведения и деятельности ребенка в новых условиях [27, с. 99]. Этот процесс многосторонний, активный, включающий в себя формирование средств и способов поведения, направленных на овладение учебной деятельностью и эффективное взаимодействие с новой социальной средой.

Школьная дезадаптация, согласно научному определению, - это образование неадекватных механизмов приспособления ребенка к школе, которые проявляются в виде нарушений учебной деятельности, поведения, конфликтных отношений с одноклассниками и взрослыми, повышенного уровня тревожности, нарушений личностного развития и т.д. [21, с. 423].

Школьная дезадаптация заключается в отставании ребенка от его собственных возможностей. При сохранении примерно одинакового механизма возникновения в развитии школьная дезадаптация на разных возрастных ступенях имеет свою динамику, признаки и проявления. В качестве критериев отнесения детей к дезадаптированным обычно используется два показателя: неуспеваемость и недисциплинированность. Концентрация внимания учителя на трудностях учебного процесса ведет к тому, что в поле его зрения попадают в основном ученики, являющиеся помехой для реализации чисто учебных задач; дети же, поведение которых не влияет деструктивным образом на дисциплину и порядок в классе, хотя сами и испытывают значительные личные затруднения, не рассматриваются как дезадаптированные.

Школьная дезадаптация проявляется в форме нарушений учебы и поведения, конфликтных отношений, психогенных заболеваний и реакций, повышенного уровня школьной тревожности, искажений в личностном развитии [12, с.74].

Симптомы школьной дезадаптации могут и не сказываться отрицательно на успеваемости и дисциплине учащихся, проявляясь либо в субъективных переживаниях школьников, либо в форме психогенных нарушений, а именно: неадекватные реакции на проблемы и стрессы, связанные с нарушением поведения, возникновением конфликтов с окружающими, внезапного резкого спада интереса к учёбе, негативизма,

повышенной тревожности, с проявлениями признаков распада навыков учебной деятельности

В большинстве представлений о школьной дезадаптации игнорируется индивидуальная и возрастная специфика развития ребёнка, то, что Л.С. Выготский называл «социальной ситуацией развития», без учёта которой невозможно объяснить причины возникновения тех или иных психических новообразований.

Одна из форм школьной дезадаптации учащихся младших классов связана с особенностями их учебной деятельности. В младшем школьном возрасте дети овладевают, прежде всего, предметной стороной учебной деятельности - приёмами, навыками, умениями, необходимыми для усвоения новых знаний. Овладение мотивационно-потребностной стороной учебной деятельности в младшем школьном возрасте происходит как бы латентно: исподволь усваивая нормы и способы социального поведения взрослых, младший школьник ещё не пользуется ими активно, оставаясь по большей части зависимым от взрослых в своих отношениях с окружающими людьми.

Если у ребёнка не формируются навыки учебной деятельности или приемы, которыми он пользуется, и которые закрепляются у него, оказываются недостаточно продуктивными, не рассчитанными на работу с более сложным материалом, он начинает отставать от своих одноклассников, испытывать реальные трудности в учёбе [14, с. 89].

Возникает один из симптомов школьной дезадаптации - снижение успеваемости. Одной из причин этого могут быть индивидуальные особенности уровня интеллектуального и психомоторного развития, которые, однако, не являются фатальными. По мнению многих педагогов, психологов, психотерапевтов, если правильно организовать работу с такими

ребятами, учитывая их индивидуальные качества, обращать специальное внимание на то, как они решают те или иные задания, можно в течении нескольких месяцев, не изолируя детей от класса, добиться не только ликвидации у них отставания в учёбе, но и компенсации задержки в развитии.

В.А. Петровский в научных исследованиях выделяет три вида показателей адаптационных процессов:

1) адаптивность рассматривается как гармоничность между субъективными целями и конечным результатами, сопровождающаяся положительным самоотношением и отношением личности к социуму;

2) неадаптивность как несоответствие в той или иной мере между целями и результатами деятельности, порождающая амбивалентные чувства и оценки, но при этом не оказывающая психотравмирующее влияние на личность;

3) дезадаптивность как определенная дисгармония между целями и результатами, выступающая причиной внутреннего дискомфорта и неустойчивости протекания психических процессов, что может выражаться в страхе, фрустрации и депрессии [12].

Таким образом, мы можем сделать вывод, что, проходя путь адаптации в школе, ребенок может либо легко и непринужденно влиться в школьную жизнь, либо из-за постоянного переутомления подорвать свое здоровье. А это может привести к дезадаптации первоклассника. Чтобы облегчить адаптационный период младшего школьника, важна помощь не только учителя, но и родителей.

## 1.2 Особенности процесса развития социальной адаптации детей младшего школьного возраста

Поступление в школу - переломный момент в жизни ребенка. Меняется сфера приложения психической активности - игру сменяет учение. С первого дня в школе к ученику предъявляют новые требования, соответствующие учебной деятельности.

Поступив в школу, ребенок становится школьником далеко не сразу. Это становление, вхождение в школьную жизнь, происходит на протяжении начальной школы, и сочетание черт дошкольного детства с особенностями школьника будет характеризовать весь период младшего школьного возраста. Все дети, начинающие обучение в школе, сталкиваются с теми или иными трудностями.

Я.Л. Коломинский, Е.А. Панько, В.С. Мухина, И.В. Дубровина и др. рассматривают адаптацию как «привыкание к условиям окружающей среды, связанное со сменой ведущей деятельности и социального окружения» [17, с.16]. При этом также подчеркивается взаимообратный характер адаптации.

Отмечается, что ребенок-школьник должен приспособиться к нескольким сферам жизнедеятельности: овладение навыками учебной деятельности, приобретение дружеских контактов с одноклассниками и установление доверительных отношений с учителем, формирование адекватного поведения.

Адаптация к школе - перестройка познавательной, мотивационной и эмоционально-волевой сфер ребенка при переходе к систематическому организованному школьному обучению [30, с. 11].

При поступлении в школу коренным образом изменяются условия жизни и деятельности ребенка; ведущей становится учебная деятельность. В элементарных формах учебная деятельность осуществлялась и дошкольником, но для него она носила второстепенный характер, т.к. ведущей выступала игра; мотивы учебной деятельности дошкольника также были преимущественно игровыми.

Режим школьных занятий требует гораздо более высокого, чем в дошкольном детстве, уровня произвольности поведения. Необходимость налаживать и поддерживать взаимоотношения с педагогами и сверстниками в ходе совместной деятельности требует развитых навыков общения. В этой связи особую важность приобретает готовность к школьному обучению, которая должна быть сформирована у старших дошкольников. Дети, имеющие достаточный опыт общения, с развитой речью, сформированными познавательными мотивами и умением произвольно-волевой регуляции поведения, легко адаптируются к школьным условиям.

Шинтарь З.Л. анализируя процесс адаптации первоклассников к школе, выделяет формы, знание которых позволяет реализовать идеи преемственности в работе учителя общеобразовательной школы:

1. Адаптация организма к новым условиям жизни и деятельности, к физическим и интеллектуальным нагрузкам. В данном случае уровень адаптации будет зависеть от возраста ребенка, который пошел в школу; от того, посещал ли он детский сад или его подготовка к школе осуществлялась в домашних условиях; от степени сформированности морфофункциональных систем организма; уровня развития произвольной регуляции поведения и организованности ребенка; от того, как изменялась ситуация в семье.



2. Адаптация к новым социальным отношениям и связям относится в большей степени к пространственно-временным отношениям (режим дня, особое место для хранения школьных принадлежностей, школьной формы, подготовка уроков, уравнивание ребенка в правах со старшими братьями, сестрами, признание его «взрослости», предоставление самостоятельности и др.); личностно-смысловым отношениям (отношение к ребенку в классе, общение со сверстниками и взрослыми, отношение к школе, к самому себе как учащемуся); к характеристике деятельности и общения ребенка (отношение к ребенку в семье, стиль поведения родителей и учителей, особенности семейного микроклимата, социальная компетентность ребенка и др.).

3. Адаптация к новым условиям познавательной деятельности зависит от актуальности образовательного уровня ребенка (знаний, умений, навыков), полученного в дошкольном учреждении или в домашних условиях; интеллектуального развития; от обучаемости как способности овладеть умениями и навыками учебной деятельности, любознательности как основы познавательной активности; от сформированности творческого воображения; коммуникативных способностей (умение общаться со взрослыми, сверстниками).

Т.В. Дорожевец предлагает трехкомпонентную модель приспособления ребенка к условиям школьного обучения. По ее мнению, школьная адаптация осуществляется как:

1) академическая, характеризующая степень соответствия поведения ребенка нормам школьной жизни (принятие требований учителя и ритма учебной деятельности, овладение правилами поведения в классе, познавательная активность на уроке);

2) социальная, отражающая успешность вхождения ребенка в новую социальную группу в виде принятия его одноклассниками, достаточное количество коммуникативных связей, умение решать межличностные проблемы и т. д.;

3) личностная, характеризующая уровень принятия ребенком себя как представителя новой социальной общности; выражается в виде соответствующих самооценки и уровня притязаний, стремления к самоизменению [11, с. 73].

Независимо от того, в каких условиях начинается учебный год, процесс адаптации у учащихся происходит всегда. Вопрос только в том, сколько времени он займет у ребенка и учителя, и каковы будут его психологические и педагогические последствия. Поэтому смысл адаптационного периода в школе состоит в том, чтобы обеспечить его естественное протекание и благополучные результаты.

Создание благоприятных условий адаптации ребенка к школе с учетом особенностей ее проявления является важнейшим фактором обеспечения преемственности в его развитии. От того, как протекает процесс адаптации, во многом зависит психофизическое состояние будущего ученика. Сроки адаптации первоклассников могут быть различными. Обычно устойчивая приспособляемость к школе отмечается в первом полугодии обучения. Однако установлено, что у 20 - 30% семилетних детей этот процесс не завершается в течение первого года обучения.

Оптимальный адаптационный период составляет один-полтора месяца. В зависимости от различных факторов уровень адаптации детей к новым условиям может быть разным: высоким, нормальным и низким. Психологами доказано, что наиболее напряженными для всех детей

являются первые четыре недели обучения. Это период так называемой "острой" адаптации. В это время не следует повышать нагрузку, темп работы. Активный период обучения должен начинаться после "острого" периода адаптации.

Именно в первом полугодии первого года обучения процесс адаптации ребенка проявляется в напряжении всех функциональных систем его организма. В этот период наиболее яркими признаками сложно протекающей адаптации, которые легко заметить и учителю и родителям, являются двигательное возбуждение или заторможенность, жалобы на головные боли, плохой сон, снижение аппетита.

Следует выделить факторы, обуславливающие высокий уровень адаптации: полная семья, высокий уровень образования отца и матери, правильные методы воспитания в семье, отсутствие конфликтной ситуации из-за алкоголизма родителей, положительный стиль отношения учителя к детям, функциональная готовность к обучению в школе, благоприятный статус ребенка до поступления в первый класс, удовлетворенность в общении со взрослыми, адекватное осознание своего положения в группе сверстников. Влияние неблагоприятных факторов на адаптацию ребенка к школе, имеет следующую последовательность: неправильные методы воспитания в семье, функциональная неготовность к обучению в школе, неудовлетворенность в общении со взрослыми, неадекватное осознание своего положения в группе сверстников, низкий уровень образования отца и матери, конфликтная ситуация из-за алкоголизма родителей, отрицательный статус ребенка до поступления в первый класс, отрицательный стиль отношения учителя к детям, неполная семья [28, с.114].

В тех случаях, когда важнейшие потребности ребенка, отражающие позицию школьника, не удовлетворены, он может переживать устойчивое эмоциональное неблагополучие, состояние дезадаптации. Оно проявляется в ожидании постоянного неуспеха в школе, плохого отношения к себе со стороны педагогов и одноклассников, в боязни школы, нежелании посещать ее.

Благоприятная коммуникативная обстановка позволяет первокласснику успешно адаптироваться, занять достойное социальное положение в классном коллективе и принять на себя новую социальную роль - роль ученика. В этом вопросе очень большое значение имеет воздействие учителя.

В младшем школьном возрасте особой значимостью обладает стиль, который выбирает учитель для общения с ребёнком и управления классом. Наиболее приемлемым является демократический стиль руководства. Если личность классного руководителя является демократической, то процесс усвоения правил школьной жизни, налаживания отношений со сверстниками и само обучение складываются благоприятным образом.

Также процесс адаптации можно разделить на три основных этапа:

Первый этап – ориентировочный, когда все системы организма ребенка начинают бурно реагировать и значительно напрягаться под воздействием всех нагрузок и ежедневного посещения школы. Или же называют этот этап – «физиологическая буря», и длится он примерно около трех недель.

Второй этап – неустойчивое приспособление (или неустойчивая адаптация), когда организм ищет и все-таки находит хоть какие-то варианты или пути решения данных воздействий. То есть организм не затрачивает всю энергию целиком, а выдает их порционно.

Если на первом этапе организм ребенка очень бурно реагирует, то на втором он уже знает, как с этим всем справиться, и реагирует не так бурно. Длится весь этот процесс около двух недель.

Третий этап – относительно устойчивое приспособление (или относительно устойчивая адаптация), когда организм ребенка ищет и находит наиболее выгодные варианты решения на все нагрузки в школе; не затрачивает много энергии и так же выдает их порционно.

Продолжительность всех трех этапов адаптации длится примерно около 5-6 недель и наиболее сложные из них – первые два этапа.

Итак, процесс адаптации младшего школьника проходит через три уровня и три этапа. Первокласснику приходится сталкиваться с чрезмерными нагрузками, с которыми до посещения школы он не сталкивался. Приходится соблюдать школьный режим и не нарушать его. Привыкать к новым лицам и новой обстановке. Все это очень сказывается на физиологическом состоянии ребенка. Чем тяжелее первокласснику справляться с учебной нагрузкой, тем выше риск переутомления, потому что организм затрачивает колоссальные ресурсы энергии и напрягает все системы организма ребенка. Для того, чтобы этого не произошло, учитель должен понимать и знать подход к каждому ученику. Нагрузка должна быть индивидуально дозированной, объяснения учителя должны сопровождаться яркой наглядностью, и желательно, включить больше игровых моментов.

Таким образом процесс развития социальной адаптации детей на начальном этапе обучения большое значение необходимо уделять созданию для детей таких условий, которые бы органично объединяли игровую и учебную виды деятельности. По форме эта деятельность должна быть игровой, знакомой и привлекательной для ребенка, а по направленности должна иметь обучающий характер.

Педагогическую работу по организации успешной адаптации первоклассников необходимо проводить в двух направлениях одновременно, направленных на формирование:

1) ключевых психических новообразований, которые должны оформиться у первоклассников в процессе перехода от дошкольного детства к младшему школьному возрасту и являющиеся необходимыми предусловиями учебной деятельности (формирование новообразований дошкольного возраста);

2) психологического потенциала, благодаря которому будет обеспечено эффективное освоение новой деятельности - учебной, которая станет ведущей для младшего школьника (формирование актуальных новообразований).

Эта работа способствует наиболее быстрой адаптации первоклассников к образовательному процессу, привыканию к его требованиям и особенностям. Ее необходимо проводить педагогам первых классов в первый месяц обучения детей в школе в рамках обычного учебного процесса. В этот период особенно важно продемонстрировать первоклассникам ободрение и поддержку со стороны взрослых, что будет способствовать повышению у младшего школьника чувства самооценности, формированию положительной самооценки и соответствующей «Я-концепции», доминированию положительных представлений о себе.

### 1.3 Педагогические средства повышения социальной адаптации младших школьников в рамках внеурочной деятельности

Формирование социальности-непростая задача, решение которой находится на стыке таких наук, как психология, социология, философия,

педагогика, что определяет комплексный подход к данной проблеме. Основываясь на научных исследованиях последних лет по данной проблеме мы считаем, что формирование социальности будет представлять собой целенаправленный, контролируемый, управляемый процесс усвоения основных знаний, эмоционального переживания и освоения первичного опыта межличностных отношений. Именно поэтому мы считаем формирование социальности младшего школьника главной педагогической основой воспитательного процесса во внеурочной деятельности образовательной организации и очень важной для современного общества педагогической проблемой. Эту основу определяют следующие по значимости основные факторы: формирование готовности младших школьников к полноценной жизнедеятельности в обществе; их социальное воспитание [6, с. 77]. В связи с этим необходимо выделить педагогические условия, способствующие формированию данного процесса.

В современной науке представлены различные определения педагогических условий. Представим некоторые из них. К примеру, Н. М. Борытко отмечает, что «термин «условие» как философская категория выражает отношение предмета к окружающим его явлениям, без которых он существовать не может. Сам предмет выступает как нечто обусловленное, а условия - как относительно внешнее предмету многообразии объективного мира» [3]. Проблема условий приобретает «педагогическую» окраску в исследованиях В. И. Андреева, С. А. Дыниной, М. В. Зверевой, Н.В. Ипполитовой, Б. В. Куприянова, А. Я. Найна, Н. М. Яковлевой и др.

Обзор научной литературы показал, что мы встречаемся с различными точками зрения на трактовку понятия «педагогические условия». В условиях современного образования под педагогическими условиями

понимается взаимосвязанная совокупность факторов, принципов и различных воспитывающих мер, которые способствуют личностному росту обучающихся.

Мы согласимся с мнением Н. М. Борытко и В. И. Андреевым. С позиции Н. М. Борытко педагогические условия - это «внешнее обстоятельство, оказывающее существенное влияние на протекание педагогического процесса, в той или иной мере сознательного сконструированного педагогом, предполагающего достижение определенного результата» [4]. По мнению В.И. Андреева, педагогическое условие представляет собой «результат целенаправленного отбора, конструирования и применения элементов содержания, методов, организационных форм обсуждения для достижения целей» [1, с. 124].

Такое понимание педагогических условий отражает сущности педагогического процесса как специально организованного целенаправленного взаимодействия педагога и воспитанников с использованием разнообразных форм, методов, средств и приемов, подчиняющихся целям образования.

Анализ литературы по вопросу исследования позволил нам выделить следующие педагогические условия формирования социальности младших школьников во внеурочной деятельности: включение младших школьников в разнообразные виды и формы деятельности, максимально соответствующие индивидуальным возможностям, способностям и запросам ребенка.

Данное условие обосновано: во-первых, работами таких отечественных ученых, как Л. С. Выготский, В. В. Давыдова, А. Н. Леонтьева, Д.Б. Эльконина, Л. В. Занкова, Г. И. Чижиковой и др., во-вторых, ресурсами образовательной организации; в-третьих, формированием у



детей потребности в продуктивной, социально-одобряемой деятельности. Это связано с формированием у ребенка уверенности в доброжелательном отношении к нему других людей; убежденностью в успешном овладении тем или иным видом деятельности; чувством собственной значимости, проявлением позитивного отношения ребенка к самому себе и объективностью его самооценки, которая является основой дальнейшего развития индивидуальности ребенка. Внеурочная деятельность дает возможность научиться заниматься полезной деятельностью, уметь включаться в такую деятельность и самостоятельно организовывать ее.

Современная педагогическая наука по-новому рассматривает содержание образования. Модернизация российского образования направлена на изменение подходов к воспитанию, расширение арсенала методических приемов, активизацию деятельности обучающихся в ходе занятий, приближении к реальной жизни через рассмотрение ситуаций и поисков путей решения наиболее острых общественных проблем. Именно поэтому важно, чтобы ученик был активным субъектом учебно-воспитательного процесса, мог самостоятельно найти нужную информацию, активно взаимодействовать со своими сверстниками, учителями, участвовать в дискуссии, находить аргументы, выполнять разнообразные роли.

Социальный заказ современного общества-сформировать социально-активную инициативную творческую личность, развивая природные задатки, склонности и индивидуальность каждого ученика. Для этого необходимо выявить наиболее оптимальные виды, формы организации внеурочной деятельности, способствующие формированию социальности младших школьников.

Как показывает практика, младшие школьники в различных формах внеурочной деятельности способны проявлять свои индивидуальные особенности; учиться жить в коллективе как в школе, так и в обществе; заботиться не только о своих товарищах в школе, но и других членах общества; учиться ставить себя на место другого человека. Необходимо заметить, что наибольший воспитательный эффект дает совокупность разных видов внеурочной деятельности: творческой, познавательной, спортивной, трудовой, игровой, что способствует обогащению социального опыта младшего школьника. Это является основой дальнейшего развития индивидуальности ребенка, формирования его социальности.

Для формирования социальности младших школьников важен опыт активного социального взаимодействия, навык сотрудничества. Младший школьный возраст способствует формированию у ребенка положительного отношения не только к себе, но и к другим людям, умению договариваться с другими, распределению обязанностей, выполнению совместных действий, умению разрешать конфликты как с помощью взрослого, так и самостоятельно. Такая работа возможна при участии педагогов и родителей.

На основании данного положения и с учетом взглядов ученых В.П. Беспалько, Л. И. Новиковой, Н. Л. Селивановой можно выделить следующее педагогическое условие: установление партнерских отношений младших школьников со всеми субъектами образовательного процесса (педагог - учащийся - родители).

Особая роль в процессе формирования социальности младшего школьника как результата социального воспитания отводится семье, предназначение которой традиционно связывается с созданием оптимальных условий для его воспитания. Семья является важным социальным институтом общества, микрогруппой, которая определяет

развитие ребенка и, в конечном счете, развитие общества. В. В. Розанов указывает на значение семейного вопроса в общественной жизни «семья - ближайшее и самое дорогое для нас отечество; пространственно - это место самых горячих связей; духовно - это место совершенного идеализма» [11, с. 92.].

Опыт взаимоотношений, который ребенок получает в семье, является его первым опытом взаимоотношений с окружающим миром. Семья и школа - два важных института социализации ребенка. Новизна этих отношений определяется понятиями «сотрудничество», «взаимодействие», «социальное партнерство» [8].

Для успешной реализации ФГОС НОО необходимо укрепление связей между педагогами образовательной организации и родителями обучающихся. Взаимодействие родителей и педагогов должно базироваться на принципах открытости, взаимопонимания и доверия. Только совместно с родителями можно результативно решать проблемы, связанные с формированием социальности как результата социального воспитания, при этом используя различные формы деятельности для привлечения родителей к совместному взаимодействию во внеурочной деятельности: дни творчества детей и их родителей; внеклассные мероприятия; помощь в организации и проведении внеклассных дел; шефской помощи с учетом потребностей школы и ребенка.

Но для формирования социальности младших школьников необходимо не только уметь взаимодействовать со сверстниками, родителями и педагогами и устанавливать с ними контакт, но и иметь опыт социального взаимодействия за пределами образовательной организации, который необходим для успешной социализации подрастающего поколения. На этом основании мы выделяем следующее условие:

вовлечение младших школьников во взаимодействие с различными социальными институтами во внеурочной деятельности (ЦДО, учреждения культуры, высшие учебные заведения и т.д.).

Основа любого взаимодействия-реализация потребностей его участников. Термин «социальный институт» был предложен английским ученым Г. Спенсером. Среди социальных институтов выделяется институт образования, который содержит институты науки, музеев, спорта, театров, библиотечного дела и пр.

По мнению М. М. Юсуфова, социальные институты - «исторически сложившиеся устойчивые формы организации совместной деятельности людей, предопределяющие жизнеспособность любого общества в целом. Они образуются на основе социальных связей, взаимодействий и отношений индивидов, социальных групп и общностей, однако их нельзя сводить к сумме этих лиц и их взаимодействий. Они носят надиндивидуальный характер и представляют собой самостоятельные общественные образования, имеющие собственную логику развития. Они включают в себя системы ценностей, идеалов, образцов деятельности и поведения, обязательных для всех, тем самым гарантируют сходное поведение людей и направляют в русло их определенные стремления, устанавливают способы удовлетворения их потребностей, разрешают конфликты, возникающие в повседневной жизни, обеспечивают состояние равновесия и стабильности в рамках той или иной социальной общности и общества в целом. Социальный институт - устойчивая форма организации общественной жизни и совместной деятельности людей, включающая в себя нормативно регулируемую совокупность лиц и учреждений, наделенных властью и материальными средствами для осуществления социальных функций, управления и властвования» [14].

Внеурочная деятельность учащихся-процесс, направленный на компенсацию недостатков школьного образования, с одной стороны, а с другой - принятие его достоинств, грамотное сочетание принципов школьного и дополнительного образования. Деятельность образовательных учреждений в рамках реализации стандарта не может быть изолированной или локальной.

Согласно требованиям ФГОС ОО, в ее реализации должна участвовать не только школа, (общеобразовательная организация вправе задействовать дополнительные ресурсы для организации внеурочной деятельности), но и организации дополнительного образования, культуры, спорта. Поэтому школа, в первую очередь, должна быть заинтересована в расширении образовательного пространства реализации стандарта за счет интеграции формального и неформального образования. Дополнительное образование детей может стать ресурсным центром для организации внеурочной деятельности.

#### Выводы по первой главе

Таким образом, социальная адаптация – это процесс взаимодействия младшего школьника с новой социальной средой (с учителем, которого он видит впервые; со сверстниками, с которыми ему предстоит учиться в одном классе; приспособление к школьному режиму, который необходимо соблюдать и т.д.). Именно поэтому у детей по-разному проходит процесс адаптации и выделяется три уровня адаптированности первоклассников.

Первый уровень: первоклассник положительно относится к учебе, всегда с радостью посещает школу; легко усваивает программный материал.

Средний уровень: первоклассник положительно относится к учебе, посещение школы не вызывает отрицательных эмоций и переживаний; понимает учебный материал, если учитель объясняет подробно и наглядно.

Низкий уровень: первоклассник отрицательно относится к посещению школы и уроков; часто жалуется на состояние здоровья или часто болеет.

Обучающийся должен приспособиться к нескольким сферам жизнедеятельности: овладеть навыками учебной деятельности, приобрести дружеские отношения с одноклассниками и установить доверительные отношения с учителем, сформировать адекватное поведение. Создание благоприятных условий адаптации ребенка к школе с учетом особенностей ее проявления является важнейшим фактором обеспечения преемственности в его развитии. От того, как протекает процесс адаптации, во многом зависит психофизическое состояние будущего ученика.

## **ГЛАВА 2 ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА ПО ПОВЫШЕНИЮ СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ**

### **2.1 Методики диагностики уровня социальной адаптации**

Цель: теоретически обосновать, разработать и апробировать комплекс педагогических мероприятий в рамках внеурочной деятельности,

направленных на повышение уровня социальной адаптации младших школьников.

База исследования: МОУ Аргаяшская Средняя Общеобразовательная Школа №2 Челябинская область, Аргаяшский район, село Аргаяш ул. Комсомольская д.29. В исследовании приняли участие обучающиеся 2 «Б» класса, 26 детей (из них 15 девочек и 11 мальчиков).

Практическое исследование (эксперимент) проходило в 3 этапа:

1) констатирующий: подбор методик измерение уровня адаптации группы обучаемы

2) формирующий: разработка и формирование педагогических условий

3) контрольный : повторная диагностика, определение изменений

Констатирующее исследование проводился с целью выявления уровня адаптации детей младшего школьного возраста в начальной школе.

Формирующий этап проводился с целью разработки и реализации педагогических условий по формированию адаптации детей младшего школьного возраста во внеурочной деятельности в начальной школе.

Контрольный этап проводился с целью сравнительного анализа результатов опытно-экспериментальной работы.

В данном параграфе нами описаны ход и результаты констатирующего эксперимента, целью которого являлось определение уровня адаптации детей младшего школьного возраста в начальной школе.

Анализ психолого-педагогической литературы (Я.Л. Коломинский и Е.А. Панько) по проблеме исследования позволил выявить критерии с показателями сформированности адаптации детей младшего школьного

возраста во внеурочной деятельности в начальной школе [16. С. 38] Таблица 1.

Таблица 1 – Критерии с показателями сформированности адаптации детей младшего школьного возраста во внеурочной деятельности в начальной школе

Критерий	Показатели
Когнитивный	Знание: особенностей и развития личности ребенка и формирование его индивидуальности; - уровня развития современного общества; - семей воспитанников и отношений в них; - проблемы дезадаптации детей и причин ее порождающих особенности распространения дезадаптации в начальной школе.
Процессуальный	Умение: проводить диагностическую работу, делать социологический анализ уровня адаптации, особенностей дезадаптации и ее причин.
Действенно-практический	Умение анализировать получаемую о ребенке и его семье или группе детей информацию и организовать на ее основе работу, умение организовать профилактическую и коррекционную работу с опорой на активность детей и их родителей, обеспечение условий для успешной адаптации

На основе критериев, нами была дана характеристика уровням развития адаптации детей младшего школьного возраста в начальной школе:

Высокий уровень адаптации: второклассник положительно относится к школе, требования воспринимает адекватно; материал на занятиях по внеурочной деятельности усваивается ребенком легко, глубоко и плотно; прилежен, внимательно слушает учителя; выполняет поручения без



лишнего контроля; проявляет большой интерес к самостоятельной работе; занимает в классе благоприятное статусное положение.

Средний уровень адаптации: ребенок также положительно относится к школе, ее посещение не вызывает у него отрицательных переживаний; понимает материал занятия по внеурочной деятельности, если учитель излагает его подробно и наглядно; бывает сосредоточен только тогда, когда занят чем-то для него интересным; общественные поручения выполняет добросовестно; дружит со многими одноклассниками.

Низкий уровень адаптации: отрицательно или индифферентно относится к школе, нередко жалуется на нездоровье. Доминирует подавленное настроение, наблюдаются нарушения дисциплины, объясняемый учителем материал занятия усваивается фрагментарно, самостоятельная работа затруднена. При выполнении самостоятельных внеурочных заданий не проявляет интереса; ему необходим постоянный контроль, систематические напоминания и побуждения со стороны учителя и родителей. Ребенок сохраняет работоспособность и внимание только при удлинённых паузах для отдыха; близких друзей не имеет, знает по именам и фамилиям лишь часть одноклассников.

Исследование уровня и процесса адаптации детей младшего школьного возраста во внеурочной деятельности в начальной школе проводилось в 2 этапа: в начале (ноябрь 2021г.) и в конце (май 2022г.) учебного года.

Процесс адаптации нами исследовался с двух сторон: внешней и внутренней.

Внешнюю сторону адаптации оценивал сам учитель, заполняя опросник в котором он фиксировал результаты наблюдений за детьми.

Внутреннюю сторону адаптации оценивали по эмоциональному состоянию детей на внеурочных занятиях, по уровню сформированности школьной мотивации, так как снижение уровня школьной мотивации может служить критерием школьной дезадаптации ребенка, а его повышение – положительной динамики в обучении и развитии, в этом случае ребенок быстро адаптируется к школе.

Нами были использованы следующие методики диагностики уровня сформированности адаптации детей младшего школьного возраста во внеурочной деятельности в начальной школе:

1. Опросник для учителя Л.М. Ковалевой [см. приложение 1]
2. Анкета по оценке уровня школьной мотивации. Н.Г. Лускановой.
3. «Фейс – тест».

1 этап. Констатирующий (начало учебного года).

1. Для получения данных о внешней стороне адаптации учителям был предложен опросник, состоящий из 46 утверждений, 45 из них касаются возможных вариантов поведения детей младшего школьного возраста во внеурочной деятельности в начальной школе, 1 – участия родителей в воспитании.

Нами были заготовлены бланки ответов на каждого ученика (всего 26).

С бланками ответов работал учитель класса, он вычеркивал номера, в которых описаны фрагменты поведения, характерные для конкретного ребенка.

При обработке результатов мы засчитывали 1 балл, если номер вычеркнутого фрагмента находился слева от линии, и 2 балла, если справа. Затем подсчитывали, какую сумму баллов набрал каждый ребенок, и определяли его коэффициент дезадаптации по формуле:

$K = \frac{p}{70 - 100}$ , где  $p$  – количество баллов, набранных ребенком, 70 – максимальное количество баллов.

Полученные результаты интерпретировались по следующим нормативам:

- показатель до 14 % является нормальным, не дает возможность говорить о каком – либо неблагополучии (высокая степень адаптации):

- показатель от 15 до 30 % свидетельствует о средней степени дезадаптации:

- показатель свыше 30 % свидетельствует о низкой степени адаптации.

Результаты обследования детей по методике Л.М.Ковалевой представлены в таблице

Обобщенные результаты представлены ниже (см. таблица 2).

Таблица 2 - Распределение детей младшего школьного возраста по уровням адаптации по методике Л.Ковалевой (начало уч. года)

Степень адаптации	Кол чел (%)
Высокая	14 (54%)
Средняя	6 (23%)
Низкая	6 (23%)

Эти данные позволяют нам сделать вывод, что на начало учебного года в исследуемом классе выделяется три группы детей, имеющих разную степень адаптации в начальной школе (высокую, среднюю, низкую): высокую степень адаптации в 2 «Б» классе имеют 54 % учащихся,

количество детей, имеющих среднюю степень адаптации 23 %, низкую степень адаптации - 23 % учащихся.

2. Для получения данных об уровне сформированности школьной мотивации, мы предложили учащимся ответить на анкету по оценке уровня школьной мотивации Н.Г. Лускановой, состоящую из 10 вопросов.

Для дифференцировки детей по уровню школьной мотивации в анкете предложена система бальных оценок:

Ответ ребенка, свидетельствующий о его положительном отношении к школе и к внеурочным занятиям оценивается в 3 балла:

Нейтральный ответ (не знаю, бывает по-разному) оценивается в 1 балл.

Ответ, позволяющий судить об отрицательном отношении ребенка к той или иной ситуации, происходившей на внеурочных занятиях оценивается в 0 баллов.

Н.Г. Лусканова выделяет 5 основных уровней школьной мотивации:

25-30 баллов (максимально высокий уровень) – высокий уровень школьной мотивации:

20-24 балла - хорошая школьная мотивация;

15-19 баллов - положительное отношение к школе, но школа привлекает больше внеучебными сторонами:

10-14 баллов - низкая школьная мотивация:

Ниже 10 баллов-негативное отношение к школе, школьная дезадаптация.

Итак, обработав данные заполнения учащимися анкет, мы получили следующие данные (таблица 3):

Таблица 3 - Распределение обучаемых по уровням школьной мотивации по методике Лускановой (начало уч. года)

Уровень мотивации	Кол чел (%)
Высокий	4 (14 %)
Средний	8 (28 %)
Ниже среднего	8 (28 %)
Низкий	6 (21 %)
Негативное отношение	2 (7 %)

Эти данные позволяют сделать вывод, что в исследуемом классе на начало учебного года присутствуют учащиеся, имеющие разные уровни сформированности внеучебной мотивации, причем количественные характеристики имеют незначительные различия:

О внутреннем состоянии учащихся, их эмоциональном самочувствии на внеурочных занятиях мы делали вывод на основании результатов методики «Фейс – тест».

Методика позволяет исследовать эмоциональное состояние детей младшего школьного возраста во внеурочной деятельности в начальной школе. Для рассмотрения в ней предложены следующие значимые для ребенка младшего школьного возраста сферы:

- отношения с одноклассниками,
- отношения с учителем,
- отношение к заданию во внеурочной деятельности,
- отношение к школе в целом.

Методика проводилась со всем классом одновременно (фронтально). Детям предлагалось 4 рожицы: веселая, серьезная, грустная, сердитая. Они пронумерованы соответственно 1,2,3,4.

Детям предлагалась следующая инструкция:

«Ребята, в школе у вас бывают разные переживания, а какими вы бываете чаще всего довольными и радостными, или сердитыми, или грустными и печальными, а может быть злыми и сердитыми? Каким чаще всего бывает настроение в школе во внеурочной деятельности? Вам необходимо выбрать подходящую рожицу, отражающую ваше обычное настроение в школе и на своем листочке поставить соответствующую цифру». Когда ребята справились с первой ситуацией, предлагаю им вторую: «А теперь выберите рожицу, отражающую ваше настроение, когда вы выполняете задание во внеурочной деятельности (Например: изготовление птичьей кормушки). По мере выполнения заданий, предлагаю учащимся следующие ситуации:

«Какое настроение у тебя, когда вы общаетесь с одноклассниками?» и «Какое настроение, когда к тебе обращается учитель?».

После того, как все дети сделали свой выбор, листочки были собраны и обработаны. По каждому из 4-х параметров у всех детей в классе были подсчитаны отдельно положительные и отрицательные ответы. Положительными считаются ответы 1 – радостный, веселый; 2 – серьезный. Отрицательными – 3 – грустный, 4 – сердитый, злой.

После того, как подсчитано количество положительных и отрицательных ответов, вычислили коэффициент положительности по формуле:

$$K = \frac{p}{N} \cdot 100 \%, \text{ где}$$

N – общее количество ответов по одному параметру,

p – общее количество положительных ответов по одному параметру.

Таким образом, были проведены подсчеты по выше перечисленным параметрам

Полученные данные оценивались по следующим критериям:

К более 75 % - высокий коэффициент положительности,

К более 50 %, но менее 75 % - низкий коэффициент положительности,

К менее 50 % - очень низкий коэффициент положительности.

Полученные результаты представлены в таблице 4.

Таблица 4 - Показатели эмоционального отношения детей младшего школьного возраста в начальной школе к различным ситуациям (начало уч. года)

Отношение ребенка	Кол чел (%)
К школе	26 ( 93 % )
К заданию во внеурочной деятельности	24 ( 85 % )
К одноклассникам	17 ( 60 % )
К учителю	18 ( 64 % )

Высокий коэффициент положительности – более 75 %.

Низкий коэффициент положительности – более 50%, но менее 75%.

Очень низкий коэффициент положительности – менее 50%.

Как видно из таблицы 4, на начало учебного года высокий коэффициент положительности по параметрам «отношение к школе», «отношение к заданию во внеурочной деятельности». Низкий – по параметрам «отношение к одноклассникам» и «отношение к учителю».

На основании проведённых исследований, мы составили диаграмму, где показан результат адаптации обучающихся (см рис.1).

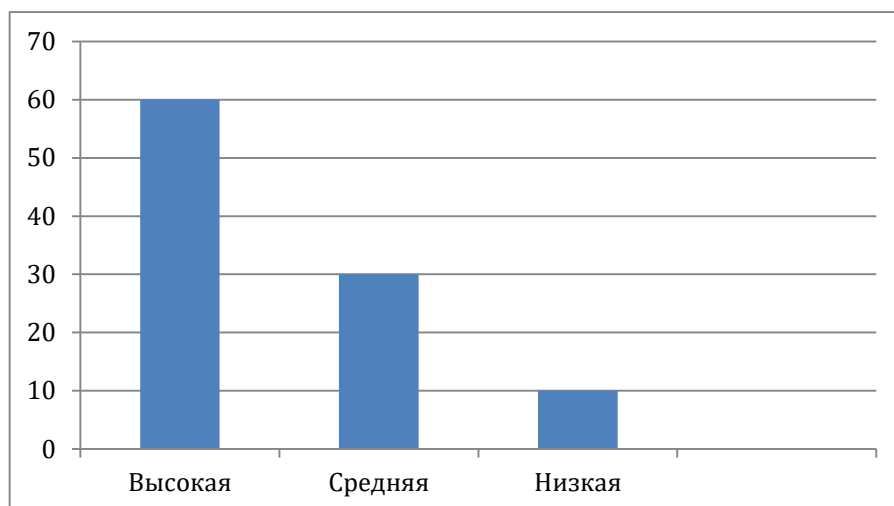


Рис. 1 Уровень адаптации испытуемых на первом этапе эксперимента.

Обозначения: Высокая – 60% Средняя – 30 % Низкая–10%

## 2.2 Комплекс внеурочных мероприятий, направленных на повышение социальной адаптации

Цель формирующего этапа: разработать комплекс педагогических мероприятий в рамках внеурочной деятельности, направленных на повышение уровня социальной адаптации младших школьников.

Мы рассмотрели возможности адаптации детей младшего школьного возраста во внеурочной деятельности в начальной школе:

Тематическое планирование уроков психологии

«Лесная школа»

Тематический план



## 1 блок. Сказки для школьной адаптации

«Создание Лесной школы», «Букет для учителя», «Смешные страхи», «Игры в школе», «Школьные правила».

После каждой сказки детям предлагается нарисовать рисунок по данной теме. После прочтения всех сказок для школьной адаптации дети сочиняют правила. Когда дети сочиняют, они самостоятельно обдумывают правила, осмысливают их назначение. Делают рисунки. Творческий подход добавляет положительные эмоции в выполнении школьных правил и в организации дисциплины. Адаптационный период проходит у каждого ученика по-разному, поэтому каждый хочет создать свою школу по-особенному. Ответы и рисунки детей являются диагностическим материалом и помогут увидеть, удовлетворены ли учащиеся школьным обучением, есть ли у них сильные эмоциональные переживания, школьная тревожность.

## 2 блок. Сказки об отношении учеников к вещам

«Как собрать портфель», «Госпожа Аккуратность», «Жадность», «Волшебное яблоко» (воровство)

В школе дети встречаются с новым миром предметов, которые имеют отношение к значимой для них деятельности – учебной. Для некоторых детей школьные атрибуты являются дополнительным мотивирующим фактом для успешной учёбы.

Цель данных сказок: научить первоклассников правильно общаться с этими предметами, адекватно относиться к ним, проявлять аккуратность и самостоятельность.

## 3 блок. Сказки об отношении учеников к урокам и к знаниям

«Домашнее задание», «Школьные оценки», «Ленивец», «Списывание», «Подсказка».

В период адаптации к школе у детей бывают сложности с выполнением уроков, домашних заданий. Для одних учеников оценки являются мощным стимулом для хорошей учёбы, а для других они – серьёзное препятствие для раскрытия своих возможностей, причина школьных страхов. Адекватное отношение учеников к результатам учёбы позволяет детям понять логику процесса обучения, прямую зависимость оценки от затраченного труда или усвоения материала. Если ученики уже в начальной школе смогут осознать условность оценок, а так же возможность при желании их улучшить, то решение учебных проблем станет для детей привычным делом. Вера в свои силы, стремление к успеху, оптимизм будут верными спутниками учеников в течении всей жизни.

4 блок. Сказки о школьных конфликтах.

«Ябеда», «Шапка-невидимка», «Задача для Лисёнка», «Спорщик», «Обида», «Хвосты», «Драки», «Грубые слова», «Дружная страна».

Эти сказки можно использовать в коррекционной работе с агрессивными детьми. В отличие от предыдущих блоков сказок здесь не прослеживается жёсткая сюжетная связь, то есть «конфликтные» сказки автономны. Поэтому их можно использовать отдельно друг от друга.

Чтобы избежать негативных эмоций у первоклассников, помочь им в адаптации к школе, предлагаем эти сказки. Сопереживая сказочным героям, дети обращаются к своим чувствам. Первоклассникам легче рефлексировать свои поступки, осознавать причины своих волнений через сказочные образы лесных школьников. Типичное описание школьных

атрибутов, класса, правил и др. позволит снизить школьную тревогу у детей, сформировать позитивные модели поведения в реальной жизни.

Каждый первоклассник обеспечивается удобным рабочим местом за партой или столом в соответствии с ростом и состоянием слуха и зрения. Для детей с нарушениями слуха и зрения парты, независимо от их роста, ставятся первыми. Причём для детей с пониженной остротой зрения они размещаются в первом ряду от окна.

Столы в классных комнатах располагаются так, чтобы можно было организовать фронтальную, групповую и парную работу обучающихся на уроке. Учебники и дидактические пособия по внеурочной деятельности для первоклассников хранятся в школе.

В каждой классной комнате имеются технические средства обучения: телевизоры, магнитофоны, компьютеры, а также настольные игры и классная библиотека.

### 3) Организация оздоровительно–профилактической работы.

Организация оздоровительно–профилактической работы с второклассниками осуществляется в соответствии с программой «Здоровые дети – здоровое будущее».

3.1. Медико–педагогическая диагностика состояния здоровья второклассников:

- ежегодные углубленные медицинские осмотры детей, поступающих в школу, врачами – специалистами (педиатром, окулистом, отоларингологом, хирургом, невропатологом) и выявление отклонений в состоянии здоровья;

- составление карточек здоровья детей; изучение медицинских карт детей в период адаптации;

- мониторинг состояния здоровья, заболеваемости обучающихся с целью выявления наиболее часто болеющих детей; определение причин заболеваемости с целью проведения более эффективной коррекционной и профилактических работ;

- изучение уровня физического развития учащихся педагогами физической культуры;

- выявление причин отрицательной динамики здоровья обучающихся;

- психолого–педагогическое сопровождение обучающихся;

- диагностика устной и письменной речи (мониторинг речевого развития).

### 3.2. Профилактическая работа по предупреждению заболеваний:

- проведение плановых и внеплановых прививок медицинским работником школы (в том числе вакцинация против гриппа);

- витаминизация;

- профилактика простудных заболеваний

- закаливание обучающихся воздухом: пребывание в помещении в облегчённой одежде, зарядка, игры на воздухе, прогулки, спортивные развлечения;

- формирование и организация коррекционных групп с заболеваниями опорно-двигательного аппарата и зрительного анализатора;

- создание в школе условий для соблюдения санитарно-гигиенических навыков (переобувание сменной обуви, проветривание и влажная уборка классной комнаты, освещение, мытьё, рук и т. д.);

- соблюдение санитарно-гигиенического и противоэпидемического режима;

- соблюдение режима дня;

- нормализация учебной и внеурочной нагрузки;

- медицинское обеспечение.

### 3.3. Максимальное обеспечение двигательной активности детей.

- проведение физкультминуток на каждом занятии продолжительностью по 1,5 – 2 минуты на 10-й и 20-й минутах занятия. В комплекс физминуток включаются различные упражнения с целью профилактики нарушения зрения, простудных заболеваний, заболевания опорно-двигательного аппарата, дыхательные упражнения;

- занятия здоровья на свежем воздухе;

- подвижные игры на переменах;

- ежедневная прогулка в группах продлённого дня;

- подвижные игры на воздухе;

- спортивный час в группах продлённого дня;

- школьные спортивные секции по волейболу, футболу, каратэ, художественной гимнастике;

- танцевальный кружок;

### 3.4. Организация рационального питания обучающихся:

- правильный режим питания: двухразовое горячее питание детей: бесплатный завтрак для учащихся начальных классов и обед за родительскую плату;

- ежедневное обеспечение учащихся молоком;

- выполнение требований СанПиН к организации питания в общеобразовательных учреждениях;

- соблюдение основных принципов рационального питания:

- соответствие энергетической ценности рациона возрастным физиологическим потребностям детей (учёт необходимой потребности в энергии детей 8 лет при одноразовом горячем питании примерно 480 ккал);

- сбалансированность питания детей по содержанию белков, жиров и углеводов;

- восполнение дефицита витаминов в питании учащихся за счёт использования обогащённых продуктов;

- максимальное разнообразие рациона путём использования достаточного ассортимента продуктов и различных способов кулинарной обработки;

- соблюдение оптимального режима питания (после 2-го и 4-го уроков).

- создание благоприятных условий для приёма пищи (школа приобрела новые комплекты столов, скамеек, стульев, необходимые комплекты столовых приборов: ложки столовые, вилки); установила у столовой новые мойки для мытья рук перед едой и новые двери; эстетически оформила помещение столовой.

- выполнение правил гигиены, культуры поведения – необходимое условие хорошего усвоения пищи;

- организация дежурства детей в столовой, результаты которого отмечаются учащимися в Экране дежурства, где оцениваются поведение в столовой, чистота стола после приёма пищи,

- практически 100%-ный охват первоклассников горячим питанием,

3.5. Организация логопедической и психологической помощи обучающимся.

Школьные страхи не только лишают ребёнка психологического комфорта, радости, но и способствуют развитию детских неврозов. Этой проблемой занимались и учёные-психологи (Александровская Э.М., Андропова М.В., Вайнер Э.Н., Мухина В.С. и др.), которые считали важнейшим направлением психолого-педагогическое и физиологическое

сопровождение учащихся, реализацию комплекса теоретических и практических знаний, направленных на формирование, сохранение и укрепление здоровья детей, предупреждение возникновения дезадаптации обучающихся к школе, возникновения проблем развития и обучения.

В школе проводятся индивидуальные консультации учителями начальных классов, педагогом-психологом, учителем-логопедом для родителей обучающихся. Психолог и педагог-логопед проводят работу с детьми, определяют виды помощи конкретному ребёнку.

3.6. Использование во внеурочной деятельности в начальной школе здоровьесберегающих образовательных технологий с целью вхождения ребёнка в образовательное поле школы без потерь для здоровья, достижения положительного результата без лишнего напряжения и переутомления.

Здоровье – важнейший фактор работоспособности и гармонического развития человеческого, а особенно детского организма. Так, увеличение продолжительности учёбы в начальной школе на один год – важная мера по предупреждению перегрузки учащихся и улучшению адаптации к школьной жизни. Наполняемость классов - 25 человек, помогает учителю более внимательно, индивидуально подходить к каждому ученику, создавать благоприятный психологический климат в классе, раньше обращать внимание на заболевания или отклонения в состоянии здоровья детей.

Ещё педагог В.А.Сухомлинский отметил, что примерно у 85% всех неуспевающих учеников главная причина отставания в учёбе - плохое состояние здоровья, какое-нибудь недомогание или заболевание, чаще всего совершенно незаметное и поддающееся излечению только совместными усилиями родителей, врача и учителя. Упущенное в дошкольном возрасте ещё можно исправить в младших классах, но упущенное в начальной школе исправить труднее.

Учитель начальных классов гигиенически правильно организывает сам педагогический процесс: это своевременная смена статистического напряжения при письме и чтении – физкультминутка, активный отдых на переменах, отдых для глаз. Смена различных видов деятельности школьников. Её активизация, умелое использование наглядных средств обучения с учётом требований гигиены – всё это способствует положительным эмоциям учащихся. Положительные эмоции облегчают усвоение материала, что в свою очередь уменьшает утомление, стимулирует высшую нервную деятельность ребёнка, улучшает психологический климат в классе, предупреждает невротические реакции первоклассников в период их адаптации к школьной жизни.

4. Изучение социально – психологической адаптации детей младшего школьного возраста во внеурочной деятельности в начальной школе.

#### 4.1. «Взаимоотношения с одноклассниками»

- общительный, легко вступает в контакт с детьми.
- малоинициативен, но легко вступает в контакт, когда к нему обращаются дети.
- сфера общения ограничена, контактирует только со знакомыми детьми.
- предпочитает находиться рядом с детьми, но не вступает с ними в контакт.
- замкнут, изолирован от других детей, предпочитает находиться один, другие дети к нему равнодушны.
- проявляет негативизм по отношению к детям, постоянно ссорится и обижает их, другие дети его не любят.

#### 4.2. «Отношение к учителю»



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

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

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

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

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

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

#### 4.3 «Эмоциональное благополучие»

– хорошее настроение, часто улыбается, смеется.

– спокойное эмоциональное состояние.

– эпизодическое появление сниженного настроения.

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

– отдельные депрессивные проявления слез без причин, агрессивные реакции.

– преобладание депрессивного состояния, агрессия проявляется и в отношениях с детьми, и в отношениях с учителем.

Таким образом, данный комплекс педагогических условий способствует развитию успешной адаптации детей младшего школьного возраста во внеурочной деятельности в начальной школе.

### 2.3 Анализ результатов практической работы

После проведения формирующего этапа экспериментальной работы была проведена повторная диагностика адаптации детей младшего школьного возраста во внеурочной деятельности в начальной школе.

Цель: выявить уровень сформированности адаптации детей младшего школьного возраста во внеурочной деятельности в начальной школе после проведенной работы на формирующем этапе данного исследования.

Задачи:

1. Провести повторную диагностику уровня сформированности адаптации детей младшего школьного возраста во внеурочной деятельности в начальной школе.

2. Сравнить полученные результаты на констатирующем и контрольном этапах исследования, обобщить результаты исследования.

3. Сделать выводы об эффективности разработанного комплекса педагогических условий.

На контрольном этапе экспериментальной работы использовались аналогичные методы, используемые на начальном этапе в экспериментальной и контрольной группе.

1. Результаты обработки данных по опроснику Л.М. Ковалевой представлены в таблице 5.

Таблица 5 - Распределение уровней адаптации детей младшего школьного возраста во внеурочной деятельности в начальной школе (конец уч. года)

Степень адаптации	2 «Б»
Высокая	14 ( 54 % )
Средняя	8 ( 31 % )
Низкая	4 ( 15 % )

Из таблицы 5 видно, что на конец учебного года есть дети, относящиеся к каждой из трех степеней адаптации. Имеют высокую степень адаптации–54%.

Среднюю степень адаптации - 31 %.

Наибольшее количество имеют низкую степень адаптации, а именно 15 %.

Распределение уровней школьной мотивации.

Таблица 6 - Распределение уровней школьной мотивации (конец уч. года)

Уровень	2 «Б»
Высокий	2 ( 7 % )
Средний	5 ( 17 % )
Ниже среднего	11 ( 39 % )
Низкий	8 ( 28 % )
Нег. Отношение	2 ( 7 % )

Итак, в 2 «Б» классе в конце учебного года сохранилось разделение детей на 5 уровней школьной мотивации:

Высокий уровень имеют 7 % детей,

Средний – 7 %,

Ниже среднего – 39 %,

Низкий – 28 %,

Негативное отношение к школе – 7 %.

3. Результаты обработки методики «Фейс – тест» представлены в таблице 7.

Таблица 7 - Показатели эмоционального отношения детей младшего школьного возраста во внеурочной деятельности в начальной школе к различным ситуациям (конец уч. года)

Отношение ребенка	2 «Б»
К школе	8 ( 28 % )
К заданию во внеурочной деятельности	20 ( 71 % )
К одноклассникам	15 ( 53 % )
К учителю	3 ( 10 % )

Примечание.

Высокий коэффициент положительности – более 75 %

Низкий коэффициент положительности- более 50%, но менее 75 %

Очень низкий коэффициент положительности – менее 50 %

Из таблицы 7 можно сделать вывод, что в 2 «Б» классе высокого коэффициента положительности нет, низкий коэффициент по параметрам «отношение к заданию» и «отношения с одноклассниками», и очень низкий по параметрам «отношение к школе в целом» и «отношение к учителю».

Сравнительный анализ результатов обследования детей в начале и конце учебного года (таблицы 8 и 9).

Таблица 8 - Распределение уровней адаптации детей младшего школьного возраста во внеурочной деятельности в начальной школе

Степень адаптации	2 «Б» (КГ) начало года	2 «Б» (КГ) конец года
Высокая	14 ( 54 % )	14 ( 54 % )
Средняя	6 ( 23 % )	8 ( 31 % )
Низкая	6 ( 23 % )	4 ( 15 % )

Итак, сравнительный анализ результатов проведенного исследования, позволяет сделать вывод, что в классе с учителем, реализующим личносно - ориентированную модель общения, процесс адаптации прошел более благоприятно.

Таблица 9 - Показатели эмоционального отношения детей младшего школьного возраста во внеурочной деятельности в начальной школе к различным ситуациям

Отношение ребенка	2 «Б» начало года	2 «Б» конец года
К школе	( 93 % )	( 28 % )
К заданию во внеурочной деятельности	( 89 % )	( 71 % )
К одноклассникам	( 62 % )	( 53 % )
К учителю	( 65 % )	( 10 % )

Примечание.

Высокий коэффициент положительности - более 75 %,

Низкий коэффициент положительности - более 50%, но менее 75%

Очень низкий коэффициент положительности - менее 50 %.

Сравнительный анализ данных, полученных, на начальном и итоговом этапах опытно-экспериментальной работы показал, что проведенное исследование дало положительные результаты.

Таким образом, данная проблема была решена, достигнуты поставленные цели и задачи, подтвердилась и гипотеза исследования.

#### Выводы по второй главе

На системно-обобщающем этапе мы обобщили и описали проведение опытно-экспериментальной работы; дали оценку результативности исследования, систематизировали его результаты.

Анализ полученных результатов, представленных в исследовании, позволяет сформулировать вывод, что тип общения педагога с учащимися оказывает существенное влияние на прохождение процесса адаптации детей

младшего школьного возраста во внеурочной деятельности в начальной школе. А именно, адаптация детей более благоприятно протекает в классе у учителя с личноно – ориентированным типом педагогического взаимодействия, о чем свидетельствуют более высокий уровень сформированности школьной мотивации, благополучное эмоциональное состояние детей в данном классе.

Тогда как в классе у учителя с учебно – дисциплинарным типом педагогического взаимодействия уровень выраженности данных показателей значительно ниже.

Это позволяет оценить личноно – ориентированный тип взаимодействия как педагогически целесообразный, содействующий оптимальному развитию детей.

Таким образом, данная проблема была решена, достигнуты поставленные цели и задачи, подтвердилась и гипотеза исследования.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Адаптация детей младшего школьного возраста во внеурочной деятельности в начальной школе является одной из актуальных проблем, стоящих перед педагогической наукой и практикой.

Социальная адаптация – это процесс взаимодействия младшего школьника с новой социальной средой (с учителем, которого он видит впервые; со сверстниками, с которыми ему предстоит учиться в одном классе; приспособление к школьному режиму, который необходимо соблюдать и т.д.).

Как отмечает Л.А. Венгер: «Быть готовым к школе – не значит уметь читать, писать и считать. Быть готовым к школе – значит быть готовым всему этому научиться» [9, с. 43]. Каждый ребёнок по-разному адаптируется к новой среде и новому окружению, у кого-то это занимает 2-5 недель, а у кого-то занимает от 1 месяца до года. Поэтому Л.А. Вагнер выделил три уровня адаптации младших школьников: первый, средний и низкий.

Отмечается, что ребенок-школьник должен приспособиться к нескольким сферам жизнедеятельности: овладение навыками учебной деятельности, приобретение дружеских контактов с одноклассниками и установление доверительных отношений с учителем, формирование адекватного поведения.

Адаптация к школе - перестройка познавательной, мотивационной и эмоционально-волевой сфер ребенка при переходе к систематическому организованному школьному обучению [30, с. 11].

Независимо от того, в каких условиях начинается учебный год, процесс адаптации у учащихся происходит всегда. Вопрос только в том, сколько времени он займет у ребенка и учителя, и каковы будут его психологические и педагогические последствия. Поэтому смысл адаптационного периода в

школе состоит в том, чтобы обеспечить его естественное протекание и благополучные результаты.

Внеурочная деятельность может способствовать повышению социальной адаптации младшешкольников так как она представляет собой процесс, направленный на компенсацию недостатков школьного образования, с одной стороны, а с другой - принятие его достоинств, грамотное сочетание принципов школьного и дополнительного образования.

На базе школы мы провели несколько методик по выявлению уровня социальной адаптации младших школьников, в ней приняли участие не только обучающиеся, но и преподаватель и родители. Процесс адаптации нами исследовался с двух сторон: внешней и внутренней.

Внешнюю сторону адаптации оценивал сам учитель, заполняя опросник в котором он фиксировал результаты наблюдений за детьми.

Внутреннюю сторону адаптации оценивали по эмоциональному состоянию детей на внеурочных занятиях, по уровню сформированности школьной мотивации, так как снижение уровня школьной мотивации может служить критерием школьной дезадаптации ребенка, а его повышение – положительной динамики в обучении и развитии, в этом случае ребенок быстро адаптируется к школе.

Нами были использованы следующие методики диагностики уровня сформированности адаптации детей младшего школьного возраста деятельности в начальной школе:

1. Опросник для учителя Л.М. Ковалевой.
2. Анкета по оценке уровня школьной мотивации. Н.Г. Лускановой.
3. «Фейс – тест».



Данные полученные при внешнем исследовании позволили нам сделать вывод, что на начало учебного года в исследуемом классе выделяется три группы детей, имеющих разную степень адаптации во внеурочной деятельности в начальной школе (высокую, среднюю, низкую): высокую степень адаптации в 2 «Б» классе имеют 54 % учащихся, количество детей, имеющих среднюю степень адаптации 23 %, низкую степень адаптации - 23 % учащихся.

На основе внутреннего исследования мы увидели, что в начале года у большей части обучающихся наблюдается низкий процент по параметрам «отношения с одноклассниками» и «отношение к учителю», что означает низкий уровень социальной адаптации.

Таким образом, анализ научной литературы подтвердил необходимость глубокого изучения проблемы адаптации детей младшего школьного возраста во внеурочной деятельности в начальной школе.

Именно поэтому цель нашего исследования состоит в теоретическом обосновании и экспериментальной проверке педагогических условий формирования адаптации детей младшего школьного возраста деятельности в начальной школе.

С учетом полученных результатов был разработан комплекс педагогических условий с использованием методов и приемов по повышению адаптации детей младшего школьного возраста во внеурочной деятельности в начальной школе.

По итогам реализации комплекса педагогических условий были сделаны следующие выводы: что тип общения педагога с учащимися оказывает существенное влияние на прохождение процесса адаптации детей младшего школьного возраста во внеурочной деятельности в начальной школе. Таким образом, подтвердилась гипотеза исследования.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Агафонова И.Н. Психологическая готовность к школе в контексте проблемы адаптации / И.Н. Агафонова // Начальная школа. – 2019. - № 1. – (С. 23-40).
2. Адаптация учащихся: Методическая копилка // Школьный психолог. – 2017. - № 18. –(С. 27-38).
3. Андреева Д.А. О понятии адаптации. Исследование адаптации студентов к условиям учебы в вузе / Д.А. Андреева // Человек и общество. – 2017. – № 6. – С. 25-27.
4. Андриенко Е.В. Социальная психология: Учеб. пособие для студ. Высш. Пед. учеб. заведений/ под ред. В.А. Сластенина. – М.: Академия, 2018. – 264 с.
5. Артюхова И.А. В первом классе – без проблем // И.А. Артюхова. – М.: Чистые пруды, 2018. – 32 с.
6. Арутюнян М.Е. Позиция школьника в классе / М.Е. Арутюнян // Воспитание школьников. – 2019. – №3. – С. 14-18.
7. Безруких М.М. Знаете ли вы своего ученика? / М.М. Безруких, С.П. Ефимова. - Просвещение, 2017. – 176 с.
8. Белавина О.В. Одаренные дети: проблемы адаптации // Психологический журнал: 2018. - №1. – (С. 41-54).
9. Битянова М.Р. Адаптация ребенка к школе: диагностика, коррекция, педагогическая поддержка // М.Р. Битянова. – Москва: Педагогический поиск, 2018. – 147 с.
10. Божович Л.И. Личность и её формирование в детском возрасте / Л.И. Божович. – Санкт-Петербург: Питер, 2019. – 400 с.
11. Бордовская Н.В., Реан А.А. Педагогика: Учеб. пособие. – СПб: Питер, 2018. – 304с.

12. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте: Учебное пособие. –СПб: Питер, 2018. – 568с.
13. Венгер Л.А. Готов ли ваш ребенок к школе? – М.: Знание, 2016. – 192с.
14. Виноградова Н.Ф. Функциональная грамотность как планируемый результат обучения младших школьников [Электронный ресурс] / Н.Ф. Виноградова, М.И. Кузнецова, О.А. Рыдзе. - Режим доступа: [https://rosuchebnik.ru/upload/iblock/87a/87afe9d378d6534\\_f18e5f4e6aa222f3d.pdf](https://rosuchebnik.ru/upload/iblock/87a/87afe9d378d6534_f18e5f4e6aa222f3d.pdf).
15. Вострокнутов Н.В. Школьная дезадаптация: ключевые проблемы диагностики и реабилитации / Н.В. Вострокнутов // Школьная дезадаптация. Эмоциональные и личностные расстройства у детей и подростков. – Москва, 2017. – С. 8-11.
16. Голованова Н.Ф. Социализация и воспитание ребенка: учебное пособие для студентов высших учебных заведений [Электронный ресурс] / Н.Ф. Голованова. - Санкт-Петербург: Речь, 2018. - 272 с. -Режим доступа: <http://ped№.ru/Books/3/0481/3-0481-1.shtml>.
17. Григорьева М.В. Структура мотивов учения младших школьников и ее роль в процессе школьной адаптации / М.В. Григорьева // Начальная школа. – 2019. - № 1. – (С. 8-9).
18. Григорьев Д.В., Степанов П.В. «Внеурочная деятельность школьников». Методический конструктор: пособие для учителя / Д.В. Григорьев, П.В. Степанов. - Москва: Просвещение, 2017. - 223 с.
19. Дорожевец Т.В. Изучение школьной дезадаптации / Т.В. Дорожевец. Витебск, 2015. – 182 с.

20. Заваденко Н.Н. Петрухин, Манелис, Т.Ю. Успенская, Н.Ю. Суворинова и др. Школьная дезадаптация: психоневрологическое и нейропсихическое исследование- 2016. - 421с.
21. Закирова В.Г. Социализация младшего школьника как педагогическая проблема [Электронный ресурс] / В.Г. Закирова, Л.А. Камалова. - Режим доступа: <https://docviewer.yandex.ru/view/1007979008/>.
22. Змановская Е.В. Оценка социально-психологической адаптированности / Е.В. Змановская // Девинтология: Учеб. пособие. – М.: Академия, 2017. – 288с.
23. Игнатова Л.Ю. Социализация личности как проблема исследования отечественных и зарубежных ученых / Л.Ю. Игнатова, М.В. Семичева // Образование и воспитание. - 2017. - № 1.1(11.1). - С. 13-15.
24. Каган В.Е. Психогенные формы школьной дезадаптации // Вопросы психологии, 2018. - №4. – с. 89-95.
25. Каменская В.Г. Адаптация к школе и учебной деятельности / В.Г. Каменская // Детская психология с элементами психофизиологии: Учеб. пособие. – М.: ФОРУМ, 2015. – 288с.
26. Кирпичёв В.И. Адаптация ребенка к школе / В.И. Кирпичёв // Физиология и гигиена младшего школьника. – М., Владос, 2018. – 136 с.
27. Коломинский Я.Л., Панько Е.А. Учителю о психологии детей шестилетнего возраста. - М., 2018. – 190с.
28. Комаров А.С. Методика обучения английскому языку. Игры и пьесы: учебное пособие для среднего профессионального образования [Электронный ресурс] / А.С. Комаров. - 3-е изд., перераб. и доп. - Москва: Издательство Юрайт, 2020. - 156 с. -(Профессиональное образование) // ЭБС Юрайт. -Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/455176>.

29. Костина Л.М. Адаптация первоклассников путем снижения уровня их тревожности / Л.М. Костина // Вопросы психологии. – 2018. - № 1. – (С. 137-143).
30. Куприянов Б.В. Формы воспитательной работы с детским объединением: учебно-методическое пособие / Б.В. Куприянов. - 3-е изд., перераб. и испр. -Кострома: КГУ, 2016. - 37 с.
31. Куренкова О.Е. Организационно-правовое, психолого-педагогическое и социально-экономическое обеспечение концепции развития уголовно-исполнительной системы РФ / О.Е. Куренкова // Материалы конференций. - 2015. - 236 с.
32. Маркович Д.Н. Адаптация первоклассников к обучению в школе / Д.Н. Маркович // Пачатковая школа. – 2019. - № 7. – С. 18-22.
33. Маслыко Е.А. Настольная книга преподавателя иностранного языка: справочное пособие / Е.А. Маслыко, П.К. Бабинская, А.Ф. Будько, С.И. Петрова.- Минск, 2018. - 522 с.
34. Молокова А.В. Особенности формирования социальной грамотности младших школьников в информационно-образовательной среде / А.В. Молокова // Вестник ТГПУ. - 2019. - № 3(200). - Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-formirovaniya-sotsialnoy-gramotnosti-mladshih-shkolnikov-v-informatsionno-obrazovatelnoy-srede>.
35. Ньюкомб Н. Развитие личности ребенка. – СПб.: Питер, 2017. – 639 с.
36. Обухова Л.Ф. Возрастная психология: учебное пособие для студентов ВУЗов. – М.: Высшее образование, 2019. – 452с.
37. Овчарова Р.В. Практическая психология образования: Учеб. пособие/ Р.В. Овчарова. – М.: АКАДЕМИЯ, 2017. – 448с.

38. Особенности и динамика самоактуализации личности в процессе социокультурной адаптации / Э.А. Ахмадуллина, Г.Ш. Габдреева/ Ученые записки Казанского гос. университета. – 2018. Т.150, сер. Гуманитарные науки, кн.3. – С. 15-28.
39. Ратанова Т.А., Шляхт Н.Ф. Психодиагностические методы изучения личности. Учеб.пособие - М.: Флинта. - 2018. – 264 с.
40. Соловова Е.Н. Методика обучения иностранным языкам / Е.Н. Соловова. - Москва: Просвещение, 2018. - 239 с.
41. Функциональная грамотность младшего школьника: книга для учителя / Н.Ф. Виноградова, Е.Э. Кочурова, М.И. Кузнецова и др.; под ред. Н.Ф. Виноградовой. - Москва: Российский учебник: Вентана-Граф, 2018. - 288 с.
42. Черный И.П. Социальный опыт как результат и предпосылка развития сущностных сил человека: автореф. дис. ... канд. философ. наук: 09.00.01 / Черный Иван Павлович; Львовский гос. ун-т им. П.Я. Франко. - Черновцы, 2019. - 22 с.
43. Ускова М.В. Анализ особенностей первичной адаптации первоклассников к школе/ М.В. Ускова// Логопедия. – 2017. - № 4. – (С. 26-29).
44. Шинтарь З.Л. Введение в школьную жизнь. Пособие для студентов пед. Вузов. / З.Л. Шинтарь. – Гродно: ГРГУ, 2018 – 119 с.

Опросник для учителя Л.М. Ковалева

1. Родители совершенно устранились от воспитания, почти не бывают в школе.
2. При поступлении в школу ребенок не владел элементарными навыками по внеурочной деятельности (слушать, задавать вопросы, доводить задание до конца и др.)
3. Не знает многое из того, что известно большинству детей его возраста (н-р, дни недели, времена года, сказки.)
4. Плохо развиты мелкие мышцы рук (трудности с держанием предмета для письма, ножниц, кисти, неравномерные буквы, тремор).
5. Пишет правой рукой, но со слов родителей является переученным левшой.
6. Пишет левой рукой.
7. Бесцельно двигает руками.
8. Часто моргает.
9. Сосет палец или ручку.
10. Иногда заикается.
11. Грызет ногти.
12. У ребенка хрупкое телосложение, маленький рост.
13. Ребенок явно «домашний», нуждается в доброжелательной атмосфере, любит, когда его гладят, обнимают.
14. Очень любит играть, играет даже на уроках.
15. Такое впечатление, что он младше других детей, хотя по возрасту им ровесник.
16. Речь инфантильная, напоминает речь 4 5 летнего ребенка.

17. Чрезмерно беспокоен на внеурочных занятиях.
18. Быстро примеряется с неудачами.
19. Любит шумные подвижные игры на переменах.
20. Не может долго сосредоточиться на одном задании, всегда старается сделать побыстрее, не заботясь о качестве.
21. После интересной игры, физкультурной паузы его не возможно настроить на серьезную работу.
22. Долго переживает неудачи.
23. При неожиданном вопросе учителя на занятиях по внеурочной деятельности часто теряется. Если дать время на обдумывание, может ответить хорошо.
24. Очень долго выполняет любое задание.
25. Долго настраивается на выполнение задания.
26. Очень долго перестраивается с одной деятельности на другую.
27. Часто не может повторить за учителем самый простой материал, при этом демонстрирует отличную память, когда речь идет об интересующих его вещах.
28. Требуется к себе постоянного внимания со стороны учителя. Почти все делает только после персонального обращения.
29. Допускает много ошибок при выполнении задания.
30. Чтобы отвлечь его от задания, достаточно малейшей причины:  
скрипнула дверь, что-то упало и т.д.
31. Приносит в школу игрушки и играет на внеурочных занятиях.
32. Никогда ничего не делает сверх положенного минимума: не стремится узнать что то , рассказать.
33. Родители жалуются, что с трудом заставляют заниматься внеурочной деятельностью.



34. Такое впечатление, что на внеурочных занятиях ему плохо, оживает только на переменах.

35. Не любит никаких усилий, если что-то не получается, бросает, ищет каких-то оправдания: рука болит и т.п.

36. Не совсем здоровый вид (бледный, худенький).

37. К концу внеурочного занятия старается хуже, часто отвлекается, сидит с отсутствующим видом.

38. Если что-то не получается, раздражается, плачет.

39. Плохо работает в условиях ограниченного времени.

40. Часто жалуется на усталость, головную боль.

41. Почти никогда не отвечает правильно, если вопрос поставлен нестандартно, требует сообразительности.

42. Ответы становятся лучше, если есть опора на какие-то внешние объекты.

43. После объяснения учителя не может выполнить аналогичное задание.

44. Затрудняется применять ранее усвоенные понятия, навыки при объяснении учителем нового задания по внеурочному занятию.

45. Часто отвечает не по существу, не может выделить главное.

46. Такое впечатление, что ему трудно понять объяснения, так как основные навыки, понятия у него не сформированы.

#### БЛАНК ОТВЕТОВ

1 РО

5 6 Л

7 8 9 10 11 НС

12 13 14 15 16 И

17 18 19 20 21 ГС

22 23 24 25 26 ИНС

27 28 29 30 НП

31 32 33 34 35 НМ

36 37 38 39 40 АС

41 42 43 44 45 46 НИД

Опросник состоит из 46 утверждений, 45 из них касаются возможных вариантов поведения ребенка в школе, один участия родителей в воспитании. При работы с опросником учитель на бланке ответов вычеркивает номера, в которых описаны фрагменты поведения, характерные для конкретного ребенка. Бланк разделен вертикальной линией. Если номер вычеркнутого фрагмента находится слева от линии, при обработке засчитывается 1 балл, если справа 2 балла. Максимально возможная сумма 70 баллов. Подсчитав, какую сумму баллов набрал ребенок можно определить его коэффициент дезадаптации:

$$K = \frac{П}{70} \cdot 100, \text{ где}$$

П - количество баллов, набранных ребенком.

- Показатель до 14% является нормальным, не дает возможность говорить о каком либо неблагополучии.

- Показатель от 15 до 30 % свидетельствует о средней степени дезадаптации.

- Показатель свыше 30 % - серьезная степень дезадаптации.

Если коэффициент свыше 40 %, то дети, как правило, нуждаются в Консультации психоневролога.

В бланке ответов все имеющиеся факторы определенным образом сгруппированы. Такое построение бланка дает возможность достаточно

быстро сориентироваться , определить, какой фоктор (или группа факторов) лежит в основе дезадаптации.

РО родительское отношение.

НГШ неготовность к школе.

Л леворукость.

НС невротические симптомы.

И инфантилизм.

ГС гиперкинетический синдром, чрезмерная расторможенность.

ИНС инертность нервной системы.

НП недостаточная произвольность психических функций.

НМ низкая мотивация учения.

АС астенический синдром.

НИД нарушения интеллектуальной деятельности.

## Приложение 2

Анкета по оценке уровня школьной мотивации Н.Г. Лусканова

1) Тебе нравится в школе?

1. не очень

2. нравится

3. не нравится

2) Нравятся ли тебе занятия по внеурочной деятельности, предложенной школой?

1. да

2. не совсем

3. нет

3) Если бы учитель сказал, что не обязательно приходить на занятия по внеурочной деятельности, желающим можно пойти дома, ты пошел бы домой или остался на занятие?

1. не знаю
2. остался бы на занятие
3. пошел бы домой

4) Тебе нравится, когда у вас отменяют какие-нибудь занятия по внеурочной деятельности?

1. не нравится
2. бывает по-разному
3. нравится

5) Ты хотел бы, чтобы занятия по внеурочной деятельности длились дольше по времени?

1. хотел бы
2. не хотел бы
3. не знаю

6) Ты хотел бы, чтобы не было занятий по внеурочной деятельности?

1. не знаю
2. не хотел бы
3. хотел бы

7) Ты часто рассказываешь о школе родителям?

1. часто
2. редко
3. не знаю

8) Ты хотел бы, чтобы у тебя был менее строгий учитель?

1. точно не знаю
2. хотел бы

3. не хотел бы

9) У тебя в классе много друзей?

1. мало

2. много

3. нет друзей

10) Тебе нравятся твои одноклассники?

1. нравятся

2. не очень

3. не нравятся

Для возможности дифференцировки детей по уровню школьной мотивации была разработана система бальных оценок:

1. ответ ребенка, свидетельствующий о его положительном отношении к школе и предпочтении им учебных ситуаций оценивается в 3 балла;

2. нейтральный ответ ( не знаю, бывает по разному , и т.п.) оценивается в 1 балл.

3. Ответ, позволяющий судить об отрицательном отношении ребенка к той или иной школьной ситуации оценивается в 0 баллов.

Различия между выделенными группами детей были оценены и было установлено 5 основных уровней школьной мотивации:

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.

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.

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, с учителем. Им нравится ощущать себя учениками, иметь красивый портфель, ручки, тетради. Познавательные мотивы у таких детей сформированы в меньшей степени и учебный процесс их мало привлекает. В рисунках на школьную тему такие дети изображают, как правило, школьные, но не учебные ситуации.

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.

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.

### Приложение 3

#### Методика “ Фейс тест”

Цель: исследование эмоционального состояния детей младшего школьного возраста во внеурочной деятельности в начальной школе.

Детям показывают четыре рожицы: веселая, серьезная, грустная, сердитая, которые пронумерованы соответственно 1, 2, 3, 4. Предлагается выбрать рожицу в ответ на заданную ситуацию и цифру, соответствующую выбранной рожице написать на листочке.

#### Инструкция:

«Ребята, в школе у вас бывают разные переживания, а какими вы бываете чаще всего: довольными и радостными или серьезными, или грустными и печальными, а может быть злыми и сердитыми? Каким чаще всего бывает настроение в школе? Вам необходимо выбрать подходящую рожицу, отражающую ваше обычное настроение в школе и на своем листочке поставить соответствующую цифру.

А теперь выберите рожицу, отражающую ваше настроение

Когда вы выполняете домашнее задание,

Какое настроение у тебя, когда ты общается с одноклассниками?

Какое настроение у тебя, когда учитель обращается к тебе ?

Обработка результатов.

По каждому параметру у всех детей в классе суммируются отдельно положительные и отрицательные ответы.

Положительными считаются ответы :

1 радостный, веселый, 2 серьезный.

Отрицательными :

3 - грустный, 4 сердитый, злой.

Коэффициент положительности вычисляется по формуле:

$$K = \frac{p+}{N} \cdot 100 \%$$

N количество ответов (общее) по одному параметру

P + - общее количество положительных ответов по одному параметру

Подсчеты проводятся по каждой шкале отдельно.

Полученные результаты (коэффициент положительности) вносят в сводную таблицу:

Критерии оценивания и выводы:

K более 75 % - высокий коэффициент положительности

K более 50%, но менее 75% - низкий коэффициент положительности

K менее 50% - очень низкий коэффициент положительности.

Исходя из полученных данных можно сделать выводы относительно соответствия предлагаемых форм и вариантов работы с детьми, организации учебного пространства и характера восприятия предложенных форм.