



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ПОДГОТОВКИ УЧИТЕЛЕЙ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ
КАФЕДРА ПЕДАГОГИКИ, ПСИХОЛОГИИ И ПРЕДМЕТНЫХ МЕТОДИК

**Адаптация первоклассников к обучению в школе
средствами внеурочной деятельности**

**Выпускная квалификационная работа по направлению
44.03.01 Педагогическое образование**

Направленность программы бакалавриата

«Начальное образование»

Форма обучения очная

Проверка на объем заимствований:

82 % авторского текста
Работа рекомендована к защите

«07» июня _____ 2020г.
зав. кафедрой ПП и ПМ
Волчегорская Евгения Юрьевна

Выполнила:

Студентка группы ОФ-408/070-4-2
Спиглазова Елена Владимировна

Научный руководитель:

канд. пед. наук, доцент
Герашенко Наталья Владимировна

Челябинск

2020

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. АДАПТАЦИЯ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К ОБУЧЕНИЮ В ШКОЛЕ ВО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ КАК ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА	6
1.1 Сущность понятия «адаптация»	6
1.2 Сущность понятия внеурочная деятельность	12
1.3 Возрастные особенности детей 6-7 лет	17
Вывод по первой главе	23
ГЛАВА 2. ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА ПО ПРОБЛЕМЕ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К ОБУЧЕНИЮ В ШКОЛЕ СРЕДСТВАМИ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.....	25
2.1 Цели и задачи исследования	25
2.2 Формы работы учителя во внеурочной деятельности, направленные на адаптацию первоклассников.....	36
Вывод по второй главе	47
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	49
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	52

ВВЕДЕНИЕ

Основной задачей современного образования является преемственность и взаимосвязь всех уровней образования.

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО) и Федеральный государственный стандарт начального общего образования (ФГОС НОО) выделяют важный этап преемственности деятельности дошкольной организации и школы. Преемственность в работе данных организаций способствует повышению качества образования в целостной системе [35, 16].

Первые дни ребёнка в школе являются самыми важными для дальнейшего обучения. От того, как пройдёт адаптация первоклассника зависит его дальнейший учебно-познавательный процесс. В данный период времени перед учителем стоит главная задача – помочь ребёнку в новой, измененной среде. В данный период происходит кардинальная перестройка не только деятельности ребёнка, но и меняется круг его окружения, этим кругом становятся его одноклассники и учитель.

Проблемой адаптации в школе занимались Ш. А. Амонашвили, П. К. Анохин, М. М. Безруких, С. А. Беличёва, Л. С. Выготский, В. П. Казначеев, И. А. Коробойников, Н. Г. Лусканова, В. И. Медведева, Ф. З. Меерсон, Р. В. Овчарова, А. А. Реан, Г. Селье (H. Selye), А. Ж. Юревиц, М. С. Яницкий и другие [2, 3, 31].

Адаптация первоклассников к обучению в школе средствами внеурочной деятельности – предмет рассмотрения многих исследователей. Основными трудами являются работы О. С. Газмана, Д. В. Григорьева, В. С. Лазарева, С. Т. Шацкого и других [23, 13].

На основе анализа литературы нам удалось выявить противоречие между требованиями ФГОС НОО к эффективной деятельности образовательных учреждений по адаптации первоклассников к обучению в школе и недостаточным использованием потенциала внеурочной

деятельности в работе по адаптации первоклассников.

Противоречие позволило сформулировать проблему исследования «Какие средства внеурочной деятельности способствуют благоприятной адаптации первоклассников в образовательной организации».

Данная проблема позволила сформулировать тему исследования: «Адаптация первоклассников к обучению в школе средствами внеурочной деятельности».

Целью исследования является изучение теоретического аспекта темы и разработка пакета форм работы учителя во время внеурочной деятельности, направленного на успешную адаптацию первоклассников.

Объектом исследования является процесс адаптации первоклассников в школе.

Предметом исследования является процесс адаптации первоклассников во внеурочной деятельности.

Задачи:

1. Выявить сущность понятия «Адаптация», «Внеурочная деятельность».
2. Рассмотреть возрастные особенности детей 6-8 лет.
3. Изучить социально-психологический уровень адаптации первоклассников
4. Разработать пакет форм работы учителя по адаптации первоклассников во внеурочной деятельности.

Методы исследования:

- теоретические (анализ и систематизация психологических, педагогических, источников по исследуемой проблеме);
- диагностические (тестирование, анкетирование);
- математические (графический метод, количественная обработка информации).

База исследования: Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение города Челябинска.

Практическая значимость: возможность использования разработанного пакета форм работы учителя в школе для успешной адаптации первоклассников.

Структура работы:

Работа состоит из введения, двух глав, заключения, библиографии из 46 источников, 5 таблиц.

Апробация исследования:

1. Выступление на родительском собрании: «Первые дни ребёнка в школе»;

2. Публикация статьи в сборнике:

Спиглазова, Е. В. Теоретические аспекты преемственности деятельности воспитателя и учителя по адаптации ребёнка в школе/ [Текст]: PSYCHOLOGICAL SCIENCES / Международный научный журнал «Colloquium-journal». – 2019. – № 20 (44). – с. 59.

Спиглазова, Е. В. Мониторинг формирования познавательных способностей на уроках обучения грамоте / [Текст]: Сборник статей по итогам VI Международной научно-практической конференции педагогов и студентов «Начальное образование сегодня и завтра» (25 ноября – 2 декабря 2019 г.); Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет. – Челябинск : Южно-Уральский центр РАО. – 2020. – с. 178.

Спиглазова, Е. В. Зависимость адаптации первоклассников в школьной среде от преемственности в работе детского сада и начальной школы/ [Текст] Е. В. Спиглазова, Е. А. Хажинская : PSYCHOLOGICAL SCIENCES / Международный научный журнал «Colloquium-journal». – 2019. – № 20 (44) – с. 194.

ГЛАВА 1. АДАПТАЦИЯ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К ОБУЧЕНИЮ В ШКОЛЕ ВО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ КАК ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА

1.1 Сущность понятия «адаптация»

Адаптация (от лат. *adapto* приспособляю) – процесс приспособления организма к изменяющимся условиям окружающей среды [5].

Термин «адаптация» можно рассмотреть с разных точек зрения. Л. А. Венгер, рассматривая адаптацию с позиции биологии, трактует ее как способность организма (его строения и функций, устройства органов) приспособляться к условиям окружающей среды [8].

Следует заметить, что термин «адаптация» из биологии перешёл и в другие области науки – педагогику, медицину, социологию, философию и другие науки.

В своих работах Л. А. Венгер, Д. Ю. Соловьёва утверждают, что адаптация является многофакторным процессом включения человека в новые условия его жизнедеятельности, в новую систему требований контроля над результатами и в новый коллектив [36].

К. Левин так же занимался вопросами адаптации человека и считал, что «...человек не привязан к определенному действию или способу решения ситуации, но может менять их, разрешая возникшее у него напряжение» [36].

В своей концепции В. А. Петровский рассматривает адаптацию как особую фазу становления человека, от которой в дальнейшем зависит и развитие его личности [31].

Г. Н. Попов и Е. В. Ширенкова считают, что адаптация является способом гармонизации отношений человека с окружающей средой [31].

Важную роль в приспособлении ребёнка к новой окружающей среде оказывает социальная адаптация.

Д. Ю. Соловьёва раскрывает определение «Социальная адаптация»

как процесс приспособления человека к условиям социальной, направленный на установление адекватного взаимодействия личности и социальной среды [40].

Е. С. Кузьмин и В. Е. Семёнова считают, что социальная адаптация – это система взаимодействий личности и социальной среды, которое приводит к оптимальному соотношению целей и ценностей личности [6].

И. М. Кондаков рассматривает социальную адаптацию как процесс интеграции человека в общество, в результате которого у человека формируются навыки самоконтроля, умение адекватно взаимодействовать с окружающими и принятие им своей социальной роли [19].

Целью адаптации является приспособление личности к социальной среде. В нашем исследовании мы рассмотрим адаптацию первоклассников к обучению в школе. Для этого важно определить, что такое «школьная адаптация».

А. С. Границкая даёт следующее определение: «школьная адаптация» – умения ребёнка приспособиться к новой системе социальных условий, новым требованиям, отношениям, режиму жизнедеятельности, а также к новым видам деятельности, т.е. школьная адаптация имеет несколько аспектов (социальный, учебный, психологический, и т.д.) именно поэтому её нужно рассматривать с разных сторон [13].

Г. Н. Попов, О. З. Сиразетдинов и Е. В. Ширенкова выделяют следующие показатели адаптивного процесса:

1. Физический компонент – состояние органов и систем организма, а также наличие или отсутствие хронических заболеваний.
2. Психоэмоциональный компонент – состояние психики человека, умение выражать и контролировать эмоции.
3. Интеллектуальный компонент – способность организма усваивать и применять полученную информацию.
4. Социальный компонент – способность человека общаться с людьми, взаимодействовать в социуме.

5. Личностный компонент – способность осознавать себя как личность, способность к самореализации.

6. Духовный компонент – способность ставить перед собой жизненные цели, определять мотивы деятельности, а также определять ценности общества [31].

Е. А. Панько и Я. Л. Коломинский выделяют факторы, влияющие на адаптацию первоклассников в период обучения в школе [18].

1. Возраст начала обучения ребёнка в школе. По мнению психологов, адаптация детей шестилетнего ребёнка в школе проходит значительно дольше, так как в данном возрасте у ребёнка наблюдается повышенное напряжение всех систем организма, а также низкая работоспособность.

В 6-7 лет у ребёнка «наступает некоторый кризис, задержка роста, которая представляет, как бы точку кипения и замерзания, за которой уже начинается новый качественно отличный период» [10].

2. При поступлении ребёнка в школу с первых дней школа требует от него подчинения правилам и нормам школы, которые требуют не только соблюдения моральных правил, а также вступление ребёнка в ситуацию взаимодействия со сверстниками и учителем. Данные изменения в жизнедеятельности первоклассника могут привести и к физическим изменениям в его организме (повышенная утомляемость, беспокойство и др.)

3. Состояние здоровья ребёнка является одним из важнейших факторов, который влияет на успешность адаптации школьника. Важно отметить, что легче всего адаптируются здоровые дети, нежели дети, которые часто болеют или имеют хронические заболевания.

4. Отношения в семье – важный фактор, влияющий на адаптацию первоклассника. Е. А. Панько и Я. Л. Коломинский утверждают, что для более успешной адаптации необходимо «чтобы взаимоотношения в семье были хорошими, отсутствовали конфликтные ситуации и к тому же у

самого ребенка должен быть благоприятный статус в группе сверстников» [18].

Говоря об адаптации, подразумевается не только приспособление ребёнка к окружающему миру и новому коллективу, но и, наоборот приспособление окружающего мира и людей к нему. Из этого можно сделать вывод о том, что адаптация ребёнка к обучению в школе является двусторонним процессом.

Важно помнить, что обе стороны процесса адаптации должны развиваться одновременно, в противном случае это может стать фактором того, что адаптация ребёнка к обучению в школе может занять достаточно длительное время, и может привести к «отторжению» ребёнка от нового для него социума – школы [17].

В период, когда ребёнок впервые приходит в школу ему предстоит освоить новую социально значимую деятельность – учебную. Данная деятельность ставит перед ребёнком задачу выполнения определенного ряда правил, ярким примером этих правил являются правила поведения школьника в школе.

О. В. Даниленко утверждал, что процесс школьной адаптации проходит несколько стадий:

1 стадия – стадия тревоги. В связи с началом систематического обучения у ребёнка можно наблюдать повышение тревоги, включается механизм стрессового реагирования из-за чего организм отвечает бурной реакцией и напряжение практически всех систем организма ребёнка. Данная стадия длится достаточно длинный срок (минимально две-три недели).

2 стадия – неустойчивая адаптация. В связи с повышением деятельности нервной системы ребёнка усиливаются все обменные процессы, благодаря чему у организма появляется возможность легче переносить стресс. Это период неустойчивой адаптации. В этот период все системы в организме ребёнка работают напряженно. Адаптация в этот

период неустойчивая. В этот период учителю и родителям важно помнить насколько высокую «цену» платит организм ребёнка в этот период. Продолжительность данного периода зависит от особенностей ребёнка в конкретной ситуации.

3 стадия – завершение острого адаптационного процесса. К важному аспекту следует отнести протекание социально – педагогической адаптации, то есть собственное восприятие ребёнком какой-либо ситуации. Если при наблюдении за первоклассником можно сделать вывод о том, что он справляется с учебным материалом, удовлетворён взаимоотношениями с одноклассниками и учителем, чувствует себя комфортно находясь в школе, то новая ситуация приобретает для него другой личностный смысл. Теперь проведение времени в школе для него не является чем-то опасным, а становится для него привычной частью жизни. По продолжительности данная стадия протекает у каждого ребёнка по-своему, у кого-то может занять 2-3 месяца, у кого-то и до полугода [14].

Г. М. Чуткина выделяет 3 уровня социально-психологической адаптации ребёнка к обучению в школе:

1. Высокий уровень адаптации. При данном уровне отношение ребёнка к школе положительно, все требования, которые предъявляет школа воспринимает адекватно, выполняет их. Усвоение материала происходит без особых проблем, хорошо овладевает программным материалом. На уроках внимательно слушает учителя, прислушивается к одноклассникам, выполняет поручения без внешнего контроля, занимает в классе благоприятное статусное положение.

2. Средний уровень адаптации. На данном уровне посещение обучающимся школы не вызывает отрицательных эмоций, усваивает основные аспекты содержания учебной программы. Задания выполняет сосредоточенно, бывает сосредоточен только тогда, когда занимается чем-то для него интересен, общается со многими одноклассниками.

3. Низкий уровень адаптации. Отношение первоклассника к школе негативно, ребёнок часто болеет, нередко наблюдается ухудшение дисциплины, материал урока усваивает фрагментарно. Ребёнку с данным уровнем адаптации необходим постоянный контроль, сохраняет работоспособность только при удлинённых паузах для отдыха. Для выполнения самостоятельного задания необходима постоянная помощь учителя. Близких друзей не имеет знает по именам лишь несколько одноклассников [44].

Е. А. Луцко утверждает, что процесс адаптации ребёнка в школе основывается на внешних и внутренних критериях. Так, понятие «внешний критерий» отождествляется с понятием «приспособление».

Внешний критерий указывает на то, как ребёнок соответствует требованиям новой среды. К внешнему критерию также относятся следующие показатели: продуктивность, успешность деятельности, статус личности в коллективе [24].

А. Е. Шапаров утверждает, что успешная адаптация невозможна без социальной мобильности. Важно отметить, что у ребёнка при поступлении в школу происходит смена локаций: пространство семейных отношений дополняется пространством школы.

Вертикальная мобильности характерна для адаптирующегося в новых условиях ребёнка: чем выше уровень адаптации первоклассника, тем выше успех у ребёнка в учебном процессе [45].

В то время, пока ребёнок адаптируется, он становится личностью. Это указывает на то, что при активном изучении окружающего мира ребёнком важными качествами являются активность и самостоятельность школьника в обучении. В процессе всего обучению первоклассник ориентируется на образец, который демонстрирует ему учитель, так же ориентиром для ребёнка в обучении являются нормативы и требования, выдвигаемые учителем во время учебного процесса. Также важно

отметить, что ребёнок должен обладать несколькими типами мышления: наглядно образное и логическое.

Также фактором успешной адаптации является адекватное отношение по отношению к сверстникам и учителю. Ребёнок должен учиться находить компромисс в спорных ситуациях, а также стремиться к разрешению конфликтов, при его возникновении, мирным способом.

1.2 Сущность понятия внеурочная деятельность

Внеурочная деятельность в образовательном процессе является важнейшим компонентом образования ребёнка. Она является неотъемлемой частью дополнительного образования детей.

В Федеральном законе «Об образовании в Российской Федерации» под дополнительным образованием понимается вид образования, который направлен на всестороннее удовлетворение образовательных потребностей человека в интеллектуальном, духовно-нравственном, физическом и (или) профессиональном совершенствовании и не сопровождается повышением уровня образования [42].

В соответствии с письмом Минобрнауки России «О направлении методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности» Под внеурочной деятельностью следует понимать образовательную деятельность, направленную на достижение планируемых результатов освоения основных образовательных программ (личностных, метапредметных и предметных), осуществляемую в формах, отличных от урочной.

Внеурочная деятельность является неотъемлемой и обязательной частью основной общеобразовательной программы [30].

По мнению Ш. А. Амонашвили внеурочная работа является составной частью учебно-воспитательного процесса школы, а также одной из форм организации свободного времени школьников [23].

По мнению А. С. Макаренко, С. Т. Шацкого и других внеклассная (внеурочная) работа является одной из форм организации свободного времени учащихся, а также важно отметить, что в дореволюционное время в России внеурочная работа проводилась в учебных заведениях в виде занятий творчеством, организации тематических вечеров и т.д. Педагоги рассматривают внеурочную работу как неотъемлемую часть воспитания личности, основанную на принципах добровольности, активности и самостоятельности ребёнка [34].

Понятие «внеурочная деятельность» появилось только в 90-е годы XX века, несмотря на разделение понятий «внеурочная деятельность» и «внеклассная деятельность» на рубеже 90-х – 2000-х гг. со стороны педагогов наблюдается синонимизация данных терминов.

Для обоснования данного термина обратимся к федеральному государственному образовательному стандарту начального общего образования (ФГОС НОО) в котором указано, что «Внеурочная (внеучебная) деятельность учащихся – деятельностьная организация на основе вариативной составляющей базисного учебного (образовательного) плана, организуемая участниками образовательного процесса, отличная от урочной системы обучения: экскурсии, кружки, секции, круглые столы, конференции, диспуты, КВНы, школьные научные общества, олимпиады, соревнования, поисковые и научные исследования и т.д.; занятия по направлениям внеучебной деятельности учащихся, позволяющие в полной мере реализовать требования федеральных государственных образовательных стандартов начального общего образования» [41].

Д. В. Григорьев и П. В. Степанов дают следующее определение: «Внеурочная деятельность обучающихся является объединением всех видов деятельности школьников (кроме учебной деятельности на уроке), в

данной деятельности возможно и целесообразно решение задач, воспитание и социализация школьников» [13].

Проанализировав понятия «внеурочная деятельность» можно сделать вывод о том, что она является совместной деятельностью нескольких субъектов (учитель и ученик) учебного и воспитательного процесса. Внеурочная деятельность направлена на гармонизацию отношений между обучающимся и школой. Так же важно помнить, что во внеурочной деятельности регламента оценки нет, либо он значительно отличается от урочной системы.

Данное определение имеет место быть только в том случае, когда понятие представлено в структурированном виде. Автор методического пособия Д. В. Григорьев после обозначения определения внеурочной деятельности предлагает конкретный список элементов, которые входят в организацию внеурочной деятельности. К ним относятся: игровая деятельность; познавательная деятельность; проблемно-ценностное общение; досугово-развлекательная деятельность (досуговое общение); художественное творчество; социальное творчество; трудовая (производственная) деятельность; спортивно-оздоровительная деятельность; туристико-краеведческая деятельность [13].

В нашей работе мы будем опираться на игровую и познавательную деятельность. Игровая деятельность представляет для нас интерес так как в начальной школе, особенно в 1 классе, игра – наиболее удобный и популярный способ обучения младших школьников. Это связано с тем, что в 1 класс дети приходят с ведущей игровой деятельностью, а основная задача учителя – увлечь ребёнка в образовательный процесс.

Д. В. Григорьев и П. В. Степанов считают, что основным элементом внеурочной деятельности является игра. Она является самым действенным способом для того, чтобы заинтересовать обучающегося в учебном процессе. Главный вопрос при организации внеурочной деятельности – как подобрать игру, для того, чтобы она несла в себе не только

развлекательный, но и познавательный характер, рассказывая ребёнку при этом социально-значимые ценности общества [13].

Для того, чтобы разобраться в этом вопросе следует дать определение понятию «игра».

Д. В. Григорьев и П. В. Степанов берут за основу определение Й. Хейзинга, который считает, что игра есть действие, протекающее в определённых рамках места, времени, смысла в обозримом порядке и по добровольно принятым правилам, вне сферы материальной пользы и необходимости; сопровождается настроением и чувствами подъема и напряжения, отрешенности и восторга [13].

Д. В. Григорьев и П. В. Степанов считают, что благодаря нескольким рекомендациям запускается игровой процесс. Они выделяют следующие рекомендации:

1. Благоприятная доброжелательная атмосфера общения.
2. Интерес, азарт, чувство необычности и интриги у каждого играющего.
3. Отказ от критической оценки и критики в адрес ребёнка.
4. Поощрение оригинальных идей.
5. Создание условий учителем для упражнений и практики.
6. Отказ от прямого показа эталона, сообщения штампов и стереотипов, обеспечивая ребёнку возможность индивидуального самовыражения.
7. Активизация собственного творческого самовыражения [13].

В педагогическом процессе представлено три типа игры: ролевая игра (цель: познакомить ребёнка с нормами поведения в обществе); деловая игра (цель: выработка позитивного восприятия ребёнком норм общества); социально-моделирующая игра (цель: воспроизведение школьником модели актуальных в социуме культур, опираясь при этом на два предыдущих типа игры) [1].

При использовании первых двух типов игры учитель может помочь обучающемуся почувствовать себя независимым, предложив сыграть какую-либо социальную роль (медицинского работника, учителя и др.), в период адаптации очень важно, чтобы ребёнок мог почувствовать себя спокойнее, адаптируясь к условиям игры.

Значительную трудность в организации вызывают социально-моделирующие игры, где ребёнок не входит в заранее подготовленное учителем пространство, а должен самостоятельно создать модель игры, выдвигая условия ее формирования и правила самой игры.

Как уже говорилось ранее основным элементом внеурочной структуры является познавательная деятельность.

Т. В. Вальвакова считает, что познавательная деятельность предполагает изучение человеком окружающей действительности, приобретение новых знаний, а также умение взаимодействовать с окружающим миром [7].

Важно помнить о том, что внеурочная деятельность ориентируется на интересы школьников. «Внеурочная познавательная деятельность школьников может быть организована в форме факультативов, кружков познавательной направленности, научного общества учащихся, интеллектуальных клубов (по типу клуб «Что? Где? Когда?»), библиотечных вечеров, дидактических театров, познавательных экскурсий, олимпиад, викторин и т.п.» [13].

Таким образом, познавательная деятельность в рамках организации внеурочной деятельности занимает ведущее положение. Организация внеурочной деятельности должна способствовать развитию у ребёнка познавательного интереса, что в свою очередь позволяет адаптироваться первокласснику к новым социальным условиям.

Всё выше перечисленное указывает на то, что ребёнок может, опираясь на свои интересы, выбрать тип организации внеурочной деятельности. При организации внеурочной деятельности обучающихся

образовательным учреждением используются возможности образовательных учреждений дополнительного образования детей, организаций культуры и спорта. В период каникул для продолжения внеурочной деятельности могут использоваться возможности организаций отдыха детей и их оздоровления, тематических лагерных смен, летних школ, создаваемых на базе общеобразовательных учреждений и образовательных учреждений дополнительного образования детей.

Время, отводимое на внеурочную деятельность, составляет до 1350 часов [41].

1.3 Возрастные особенности детей 6-7 лет

Для того чтобы помочь ребёнку адаптироваться в новой социальной среде важно опираться на его психологические особенности. В соответствии с «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» оптимальным возрастом начала обучения в школе является возраст не ранее 7 лет. В 1-е классы принимают детей 8-го или 7-го года жизни. Прием детей 7-го года жизни осуществляют при достижении ими к 1 сентября учебного года возраста не менее 6 лет 6 месяцев [35].

В соответствии с ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» получение начального общего образования в образовательных организациях начинается по достижении детьми возраста шести лет и шести месяцев при отсутствии противопоказаний по состоянию здоровья, но не позже достижения ими возраста восьми лет [42].

Важно помнить, что дети, которые приходят в начальную школу совсем недавно были старшими дошкольниками. Данный возраст является тем периодом, когда активно развиваются психофизиологические функции ребёнка.

Младший школьный возраст является вершиной детства. В этом возрасте сохраняется много качеств, присущих старшим дошкольникам:

легкомыслие, наивность. Кроме этого у ребёнка наблюдается появление другой логики мышления. Обучение для него становится значимой деятельностью в его жизни. В школе первоклассник приобретает не только новые знания и умения, но и определяет свой социальный статус [20].

Для успешной адаптации первоклассников важно обратить внимание и на анатомо-физиологические особенности.

В отличие от дошкольного возраста возраст 7 лет благоприятен для развития физических и умственных сил ребёнка. Увеличение роста и веса идёт пропорционально.

Важным показателем хорошего физического состояния является и жизненная емкость легких. У мальчиков 7 лет жизненная емкость лёгких равняется 1,6 л; у девочек – 1,3 л.

Также в этом возрасте у ребёнка активно растут мышцы, их построение улучшено из-за уменьшения в них воды и увеличению органического вещества.

Значительное увеличение наблюдается и в количестве белых кровяных тел, что обеспечивает хороший иммунитет ребёнка к различным заболеваниям.

Вес мозга ребёнка к 7 годам увеличивается (до 1280 г). Это ведёт за собой изменения между процессами возбуждения и торможения. Процессы торможения, в сравнение с дошкольным возрастом, становятся сильнее [15].

В данном возрасте также активно развивают и психические функции: мышление, речь, восприятие, память, внимание.

Ж. Пиаже утверждает, что образное мышление у ребёнка младшего школьного возраста утрачивает основные свойства, присущие старшим дошкольникам. Главным свойством образного мышления у дошкольника является эгоцентризм и реализм [26].

Эгоцентризм – крайняя форма эгоизма [27]. Что указывает на то, что дошкольник не способен принять чужую точку зрения.

Реализм мышления для дошкольника указывает на то, что ребёнок делает представления об окружающем мире, опираясь на то, что он видит.

Феномены Ж. Пиаже исчезают у ребёнка в возрасте 7 лет, что указывает на появление у младшего школьника логических операций [26].

Логические операции, характерные для детей 7 лет Ж. Пиаже назвал конкретными, так как они могут применяться только на конкретном (наглядном) материале.

В процессе обучения у младшего школьника формируются научные понятия. Важно отметить, что формированию научных понятий способствуют хорошо развитые житейские представления [16].

Л. С. Выготский утверждал, что «житейские понятия прорастают вверх через научные, научные понятия прорастают вниз через житейские» [11]. При овладении научными понятиями ребёнок устанавливает соотношения между понятиями, затем осознаёт смысл данного понятия и связывает полученные знания со своим опытом.

Овладение ребёнком в процессе обучения системой понятий можно сказать, что у ребёнка формируются основы понятийного или теоретического мышления. Теоретическое мышление позволяет ребёнку решать задачи разного типа, опираясь не только на внешние (видимые) признаки и связи объектов, а на внутренние, существенные свойства и отношения [20].

К 7 годам ребёнок должен освоить речь полностью: использовать в разговоре разные части речи, иметь достаточный объёмный словарный запас (около 3000 слов), использовать в речи сложносочинённые и сложноподчинённые предложения.

К 7 годам язык становится средством общения и мышления ребёнка [20].

К моменту поступления ребёнка в школу у ребёнка интенсивно развивается внутренняя речь, что нельзя отметить у дошкольников, ребёнок перестаёт проговаривать то, что он делает. Решения дальнейших

действий протекают у ребёнка во внутреннем плане. Важно отметить, что в контекстной речи содержание понятно из самого контекста, построение высказывания требуется без учёта конкретной ситуации с опорой только на языковые средства [22].

Несмотря на развитие контекстной формы речи у ребёнка всё ещё сохраняется и ситуативная речь, которая предполагает предоставление информации ребёнком с опорой на ситуацию, о которой он рассказывает. При этом ребёнок активно использует жесты, мимику и указательные местоимения [22].

При поступлении ребёнка в начальную школу его восприятие недостаточно дифференцировано. На это указывает то, что ребёнок путает похожие по написанию буквы и цифры (6 и 9). В младшем школьном возрасте при соответствующем обучении появляется синтезирующее восприятие [20].

Синтезирующее восприятие опирается на интеллект ребёнка, это даёт возможность устанавливать взаимосвязь между элементами, воспринимаемых ребёнком, объектов. На данном этапе ребёнок способен не только описать какой-либо объект, но и дополнить его объяснением изображенного события или явления [33].

Память в данном возрасте развивается в двух направлениях: произвольности и осмысленности.

Согласно словарю С. И. Ожегова, «память является способностью человека сохранять, а затем воспроизводить в сознании прежние впечатления и опыт» [27].

Память – когнитивный процесс, состоящий в запоминании, сохранении, восстановлении и забывании приобретённого человеком опыта. Память реализуется как узнавание ранее воспринимавшихся предметов или явлений [5].

Непроизвольная память – вид памяти, при котором характерно запоминание и воспроизведение явлений без специально поставленной

цели что-либо запомнить. Противоположностью данного вида памяти является произвольная память, которая характеризуется специально поставленной целью человека запомнить какие-либо факты или явления. Непроизвольная и произвольная память представляют собой две последовательные ступени развития памяти [29].

Важно отметить, что дети непроизвольно запоминают учебный материал, вызывающий у них интерес, как правило, преподнесённый для них в игровой форме, с яркими наглядными пособиями. Обучение ребёнка в начальной школе строится таким образом, что с каждым годом учебная программа строится с опорой на произвольную память [20].

Первоклассники, как и дошкольники, обладают хорошо развитой механической памятью. Они склонны дословно воспроизводить всё, что запомнили.

Механическая память – способность запоминать информацию без логического осознания между различными частями необходимого материала [32].

В период адаптации также активно развивается и внимание ребёнка.

Л. Д. Столяренко даёт следующее определение. «Внимание – направленность психики (сознания) на определённые объекты, имеющие для личности устойчивую или ситуативную значимость» [39].

А. М. Леушина в своей работе описывает, что, несмотря на то, что у младших школьников преобладает непроизвольное внимание, в отличие от дошкольников, они способны сконцентрировать внимание на каких-либо неинтересных действиях. Для первоклассников первое впечатление от объекта является достаточно сильным отвлекающим фактором, им достаточно трудно сконцентрироваться на трудном, непонятном материале. Их внимание отличается небольшим объемом, интересным делом ребёнок может заниматься около 10 минут. Так же ребёнок испытывает затруднения в распределении внимания и переключении на различные объекты [20].

При поступлении ребёнка в школу важно помнить, что это именно тот период, когда он проходит через кризис 7 лет. Данный кризис наступает из-за объективного изменения ситуации, смены ведущего вида деятельности. У ребёнка меняется восприятие места в системе социальных отношений, ребёнок находится на границе нового возрастного периода.

Л. И. Божович считает, что кризис 7 лет – это период рождения социального «Я» ребёнка [4].

И. Ю. Кулагина считает, что изменения, которые претерпевает ребёнок, приводят к переоценке своих ценностей. Старые мотивы и побуждения теряют свою силу, становятся второстепенными. Всё что относится к учебной деятельности становится более значимым для ребёнка, игра перестаёт быть основным содержанием его жизни [20].

Л. С. Выгодский утверждает, что в возрасте 7 лет ребёнок начинает понимать, что значит «я радуюсь», «я огорчен», «я сердит», «я добрый», «я злой» это указывает на то, что у него возникает ориентировка на собственные переживания [9].

Д. Б. Эльконин утверждает, что основной особенностью данного возраста является умение ребёнка подчинять свою работу общественно выработанной системе, выполнять правила, которые от него требуют. Это формирует у ребёнка умение регулировать своё поведение и произвольно управлять им [46].

Л. С. Выготский считал, что в период кризиса 7 лет проявляется обобщение переживаний ребёнка. Цепь успехов и неудач ребёнка, примерно одинаково переживаемых ребёнком, приводит к формированию аффективного комплекса – чувства неполноценности, унижения или чувства значимости, уникальности, компетентности. Важно помнить, что аффективные образования могут изменяться. Благодаря обобщению переживаний у ребёнка появляется логика чувств [9].

И. Ю. Кулагина считает, что часто кризисным проявлением дифференциации внешней и внутренней жизни ребёнка обычно становится

кривляние и манерность. Эти внешние особенности так же, как и склонность к капризам, конфликтам начинает исчезать, когда ребёнок выходит из кризиса и вступает в новый возрастной период [20].

Вывод по первой главе

Под адаптацией мы понимаем умения ребёнка приспособиться к новой системе социальных условий, новым требованиям, отношениям, режиму жизнедеятельности, а также к новым видам деятельности, т.е. школьная адаптация имеет несколько аспектов (социальный, учебный, психологический, и т.д.).

Выделили три стадии адаптации: стадия тревоги, неустойчивая адаптация, завершение острого адаптационного процесса.

Также нами были выделены 3 уровня адаптации высокий, средний, низкий их характеристика описана в параграфе 1.1.

Нами было изучено понятие внеурочная деятельность, которая является неотъемлемой частью дополнительного образования школьников. В Федеральном законе «Об образовании в Российской Федерации» под дополнительным образованием понимается вид образования, который направлен на всестороннее удовлетворение образовательных потребностей человека в интеллектуальном, духовно-нравственном, физическом и (или) профессиональном совершенствовании и не сопровождается повышением уровня образования.

Анализ педагогической литературы позволил нам сделать вывод о том, что первоклассник быстрее адаптируется к новым изменившимся условиям во время игры. При выборе формы организации внеурочной деятельности ребёнок опирается на свои интересы. ФГОС НОО выдвигает следующие формы организации внеурочной деятельности: экскурсии, кружки, секции, круглые столы, конференции, диспуты, КВНы, школьные научные общества, олимпиады, соревнования, поисковые и научные исследования и т.д.

Анализ психолого-педагогической литературы позволил нам выявить особенности детей возраста 6-7 лет. Нам удалось выяснить, что возраст 7 лет наиболее благоприятен для развития физических и умственных сил ребёнка. В данном возрасте мозг ребёнка увеличивается, что ведёт за собой изменения в процессах возбуждения и торможения.

Также значимой особенностью данного возраста является то, что ребёнок делает представления об окружающем мире, опираясь лишь на то, что он видит. Именно поэтому для успешной адаптации первоклассников необходимо опираться на его наглядно-образное мышление.

При поступлении ребёнка в начальную школу его восприятие недостаточно дифференцировано. На это указывает то, что ребёнок путает похожие по написанию буквы и цифры.

Память в данном возрасте развивается в двух направлениях: произвольности и осмысленности. Первоклассники обладают хорошо развитой механической памятью, они склонны дословно воспроизводить все, что запомнили.

Учителю важно помнить, что на момент начала обучения ребёнка в школе он проходит кризис 7 лет, который связан с изменением условий ребёнка. Кризис 7 лет – это период рождения социального «Я» ребёнка.

Изменения, которые претерпевает ребёнок, приводят к переоценке своих ценностей. Старые мотивы и побуждения теряют свою силу, становятся второстепенными.

Основной особенностью данного возраста является умение ребёнка подчинять свою работу общественно выработанной системе, выполнять правила, которые от него требуют. Это формирует у ребёнка умение регулировать своё поведение и произвольно управлять им.

В период адаптации школьников учителю важно учитывать индивидуальные особенности каждого школьника. В данный период важная задача педагога – найти подход к каждому обучающемуся и помочь адаптироваться в новых условиях.

ГЛАВА 2. ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА ПО ПРОБЛЕМЕ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАСНИКОВ К ОБУЧЕНИЮ В ШКОЛЕ СРЕДСТВАМИ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

2.1 Цели и задачи исследования

Исследование адаптации младших школьников проводилась на базе муниципального бюджетного образовательного учреждения города Челябинска. Всего в исследовании приняли участие 19 человек

Возраст – 7-8 лет.

Дата проведения теста: 13.09.2019 г.

Методом исследования стал тест О. А. Ореховой «Домики» [43].

Основой данного теста является цвето-ассоциативный эксперимент, данный тест позволяет диагностировать эмоциональные сферы ребёнка, а также личностные предпочтения и деятельностные ориентации школьника.

Данная методика даёт психотерапевтический эффект, который достигается использованием определенного цвета, возможность реакции на негативные и позитивные эмоции ребёнка.

Цель: определить эмоциональное состояние детей, связанное с началом обучения в школе.

Процедура исследования состоит из трех заданий по раскрашиванию и занимает около 20 минут.

Инструкция:

Задание № 1. Это дорожка из восьми прямоугольников. Выберите тот карандаш, который вам приятен больше всего и раскрасьте первый прямоугольник. Отложите этот карандаш в сторону. Посмотрите на оставшиеся карандаши. Какой из них вам больше нравится? Раскрасьте им второй прямоугольник. Отложите карандаш в сторону. И так далее.

Задание № 2. Перед вами домики, их целая улица. В них живут наши чувства. Я буду называть чувства, а вы подберите к ним подходящий цвет

и раскрасьте. Карандаши откладывать не надо. Можно раскрашивать тем цветом, который по-вашему подходит. Домиков много, их хозяева могут отличаться и могут быть похожими, а значит, и цвет может быть похожим.

Список слов: счастье, горе, справедливость, обида, дружба, ссора, доброта, злоба, скука, восхищение.

Если детям непонятно значение слова его нужно объяснить.

Задание № 3. В этих домиках мы делаем что-то особенное, и жильцы в них – необычные. В первом домике живет твоя душа. Какой цвет ей подходит? Раскрасьте.

Обозначения домиков:

№ 2 – твое настроение, когда ты идешь в школу,

№ 3 – твое настроение на уроке чтения,

№ 4 – твое настроение на уроке письма,

№ 5 – твое настроение на уроке математики

№ 6 – твое настроение, когда ты разговариваешь с учителем,

№ 7 – твое настроение, когда ты общаешься со своими одноклассниками,

№ 8 – твое настроение, когда ты находишься дома,

№ 9 – твое настроение, когда ты делаешь уроки,

№ 10 – придумайте сами, кто живет и что делает в этом домике. Когда вы закончите его раскрашивать, тихонько на ушко скажите мне, кто там живет и что он делает (на ответном листе делается соответствующая пометка).

Задание № 1 позволяет вычислить вегетативный коэффициент.

Вегетативный коэффициент характеризует энергетический баланс организма: его способность к энергозатратам или тенденцию к энергосбережению. Его значение изменяется от 0,2 до 5 баллов.

$$VK = (18 - \text{место красного цвета} - \text{место синего цвета}) / (18 - \text{место синего цвета} - \text{место зеленого цвета})$$

Энергетический показатель интерпретируется следующим образом:

0-0,5 – хроническое переутомление, низкая работоспособность, нагрузки непосильны для ребёнка.

0,51-0,91 – компенсируемое состояние усталости. Наблюдается самовосстановление оптимального состояния работоспособности, это происходит за счёт периодического снижения активности. Необходима оптимизация рабочего ритма ребёнка (режим труда и отдыха).

0,92-1,9 – оптимальная работоспособность. Ребенок отличается бодростью, здоровой активностью, готовностью к энергозатратам. Нагрузки соответствуют возможностям. Образ жизни позволяет ребенку восстанавливать затраченную энергию.

Свыше 2,0 – перевозбуждение. Чаще является результатом работы ребенка на пределе своих возможностей, что приводит к быстрому истощению. Требуется нормализация темпа деятельности, режима труда и отдыха, а иногда и снижение нагрузки.

Далее рассчитывается показатель суммарного отклонения от аутогенной нормы. Определенный порядок цветов (34251607) – аутогенная норма – является индикатором психологического благополучия. Для расчета суммарного отклонения (СО) сначала вычисляется разность между реально занимаемым местом и нормативным положением цвета. Затем разности (абсолютные величины, без учета знака) суммируются. Значение СО изменяется от 0 до 32 и может быть только четным. Значение СО отражает устойчивый эмоциональный фон, т.е. преобладающее настроение ребенка. Числовые значения СО интерпретируются следующим образом:

Больше 20 – преобладание отрицательных эмоций. У ребенка доминируют плохое настроение и неприятные переживания. Имеются проблемы, которые ребенок не может решить самостоятельно.

10-18 – эмоциональное состояние в норме. Ребенок может радоваться и печалиться, поводов для беспокойства нет.

Менее 10 – Преобладание положительных эмоций. Ребенок весел, счастлив, настроен оптимистично.

Было проанализировано 3 компонента: физиологический, деятельностный и эмоциональный.

Анализ медицинских карт детей позволил нам оценить физиологический компонент (физическое и психическое состояние детей) младших школьников. А задание № 1 теста Ореховой О. А. позволило оценить уровень энергетического баланса первоклассников (вегетативный коэффициент). Результаты исследования можно увидеть в таблице 1.

Таблица 1 – Оценка физиологического компонента первоклассников

Имя	Физиологический компонент			
	Заболевания в период адаптации	Психосоматическая симптоматика	Вегетативный коэффициент	Уровнено физической адаптации
Юра	нет	нет	0,8	достаточный
Денис	нет	нет	0,8	достаточный
Маша	ОРЗ	нет	1,3	частичный
Агата	нет	нет	1,1	достаточный
Дима	нет	нет	1,3	достаточный
Егор	нет	нет	1,2	достаточный
Данис	нет	нет	1,3	достаточный
Вероника	нет	нет	1,4	достаточный
Тимур	нет	нет	1,1	достаточный
Влад	нет	есть	1,2	достаточный
Карина	нет	нет	1,3	достаточный
Олеся	нет	нет	1,3	достаточный
Миша	нет	нет	1,1	достаточный
Даша	нет	нет	1,1	достаточный
Анфиса	нет	нет	1,2	достаточный
Настя	нет	нет	1,4	достаточный
Арсений	нет	нет	1,3	достаточный
Лена	нет	нет	1,1	достаточный
Данил	нет	нет	0,9	достаточный

Данное исследование позволило нам сделать следующие выводы: количество детей, перенесших заболевание в период адаптации – 1 (5 %); также у 1 ребёнка выявлена психосоматическая симптоматика (5 %).

При анализе вегетативного компонента (энергетический баланс организма): хронического переутомления не было ни у кого, компенсированное состояние усталости было у 3 первоклассников (15 %), оптимальная работоспособность – 16 человек (85 %), перевозбуждение не наблюдалось.

Количество детей, заболевших в период адаптации и детей с психосоматической симптоматикой наглядно можно увидеть на рисунке 1.

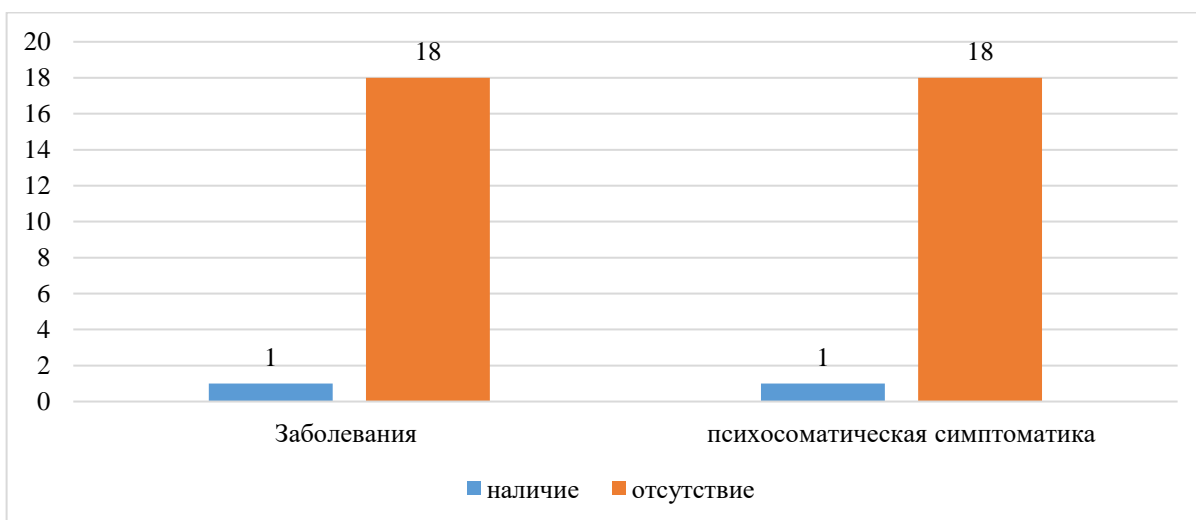


Рисунок 1 – Результаты исследования количества заболевших детей, а также детей с психосоматической симптоматикой

Оценку энергетического баланса организма наглядно можно увидеть на рисунке 2.

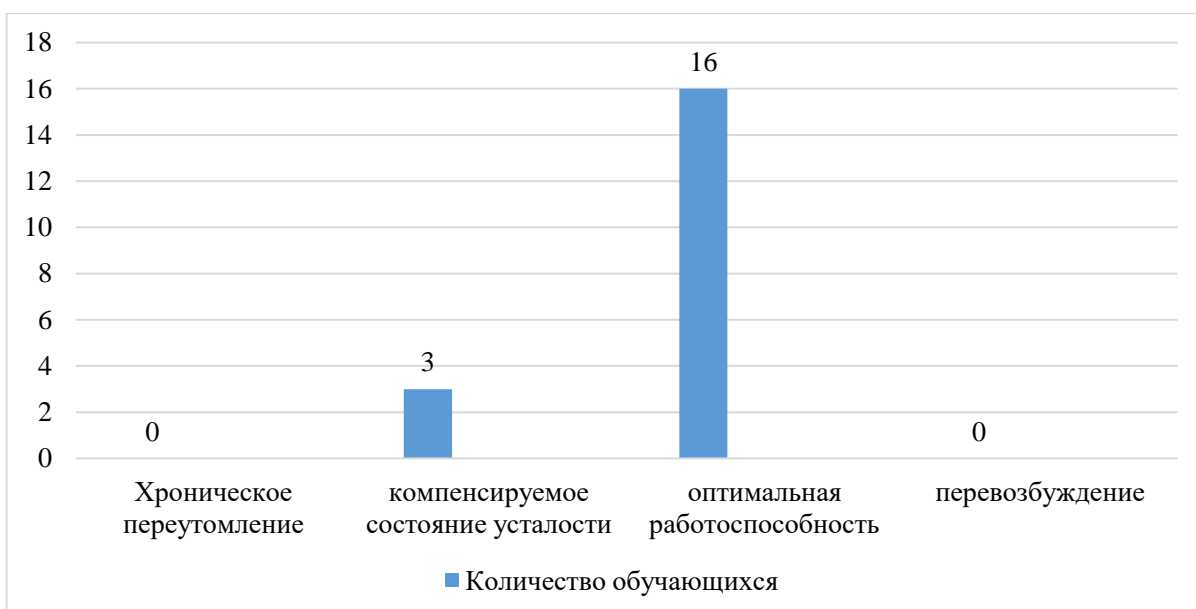


Рисунок 2 – Результаты исследования уровня энергетического баланса организма первоклассников

Оценка уровня физической адаптации первоклассников.

Достаточный – у ребёнка не наблюдается психосоматическая симптоматика, а также нет заболеваний в период адаптации, вегетативный коэффициент указывает на компенсированное состояние усталости или на оптимальный уровень работоспособности.

Частичный – у ребёнка выявлено заболевание в период адаптации или наличие психосоматической симптоматики, вегетативный коэффициент указывает на компенсированное состояние усталости.

Недостаточный – у ребёнка наблюдается наличие заболеваний в период адаптации, а также психосоматическая симптоматика, вегетативный коэффициент указывает на хроническое переутомление или перевозбуждение.

Это позволило сделать вывод, что уровень физической адаптации достаточный у 17 человек (89 %), у 2 – частичный (11 %), недостаточного уровня физической адаптации не выявлено. Более наглядно можно увидеть в таблице 2.

Таблица 2 – оценка уровня физической адаптации первоклассников

Достаточный уровень физической адаптации	Частичный уровень физической адаптации	Недостаточный уровень физической адаптации
17 (89 %)	2 (11 %)	0

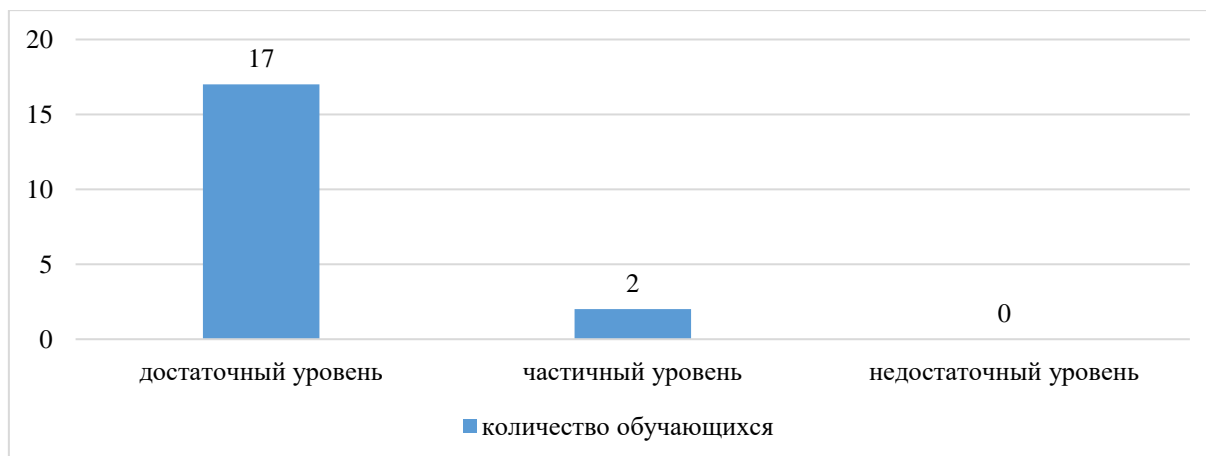


Рисунок 3 Результаты исследования уровня физической адаптации первоклассников

Оценку деятельностного компонента адаптации первоклассников мы проводили на основе опроса учителя. Что позволило нам выявить обучающихся, испытывающих затруднения на различных предметах.

Опрос позволил сделать вывод о том, что 10 детей (52 %) не испытывают трудностей на уроках, из оставшихся 9 первоклассников (48 %) у 3 (33 %) проблемы на уроках чтения, у 6 (66 %) – на уроках письма, также у 6 – на уроках математики. Наглядно можно увидеть в таблице 3.

Таблица 3 – Оценка деятельностного компонента первоклассников

Деятельностный компонент первоклассников			
Не испытывают затруднений	Испытывают затруднения		
	на математике	на чтении	на письме
10 (52 %)	6 (66 %)	3 (33 %)	6 (66 %)

Более наглядно можно увидеть на рисунке 4.

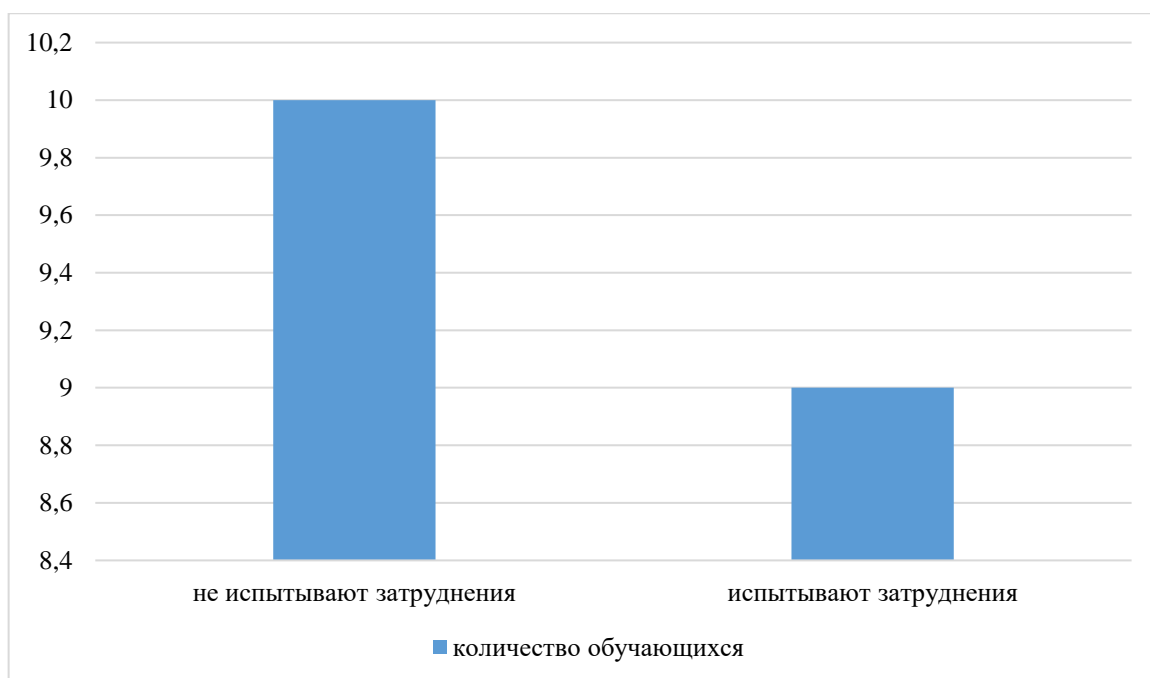


Рисунок 4 – Оценка деятельностного компонента первоклассников

Оценка эмоционального компонента позволяет выявить отношение ребёнка к самому себе, отношение к учению, отношение к учителю, и одноклассникам.

Задания № 2 и № 3 по сути расшифровывают эмоциональную сферу первоклассника и ориентируют учителя о вероятных проблемах адаптации.

Задание № 2 характеризует сферу социальных эмоций. Здесь надо оценить степень дифференциации эмоций – норма, если ребёнок основными цветами раскрашивает позитивные чувства, а негативные – коричневым, серым и чёрным. Слабая или недостаточная дифференциация указывает на деформацию в тех или иных блоках личностных отношений:

- счастье – горе – блок базового комфорта,
- справедливость – обида – блок личностного роста,
- дружба – ссора – блок межличностного взаимодействия,
- доброта – злоба – блок потенциальной агрессии,
- скука – восхищение – блок познания.

При наличии инверсии цветового градусника (основные цвета занимают последние места) у детей часто наблюдается недостаточная

дифференциация социальных эмоций – например, и счастье, и ссора могут быть обозначены одним и тем же красным цветом. В этом случае надо обратить внимание, как раскрашивает ребенок парные категории и насколько далеко стоят пары в цветовом выборе.

Актуальность переживания ребенком того или иного чувства указывает его место в цветовом градуснике (задание №1).

В задании № 3 отражено эмоциональное отношение ребенка к себе, школьной деятельности, учителю и одноклассникам. При наличии проблем в какой-либо сфере ребёнок раскрашивает названные домики в негативные цвета.

Целесообразно выделить ряды объектов, которые ребенок обозначил одинаковым цветом. Например, школа-счастье-восхищение или домашние задания – горе–скука. Цепочки ассоциаций достаточно прозрачны для понимания эмоционального отношения ребенка к школе.

По результатам задания № 3 можно выделить три группы детей: с положительным отношением к школе; с амбивалентным отношением к школе; с негативным отношением к школе.

Результаты оценки эмоционального компонента первоклассников можно увидеть в таблице 4.

Таблица 4 – Результаты исследования оценки эмоционального компонента первоклассников

Имя	Эмоциональный компонент				Уровень эмоциональной адаптации
	Отношение к себе	Отношение к учению	Отношение к учителю	Отношение к одноклассникам	
1	2	3	4	5	6
Юра	+	+	–	+	достаточный
Денис	+	+	+	+	достаточный
Маша	+	–	–	+	частичный
Агата	+	+	–	+	достаточный
Дима	+	+	+	+	достаточный
Егор	+	+	+	+	достаточный

Продолжение таблицы 4

1	2	3	4	5	6
Данис	+	–	+	+	частичный
Вероника	+	+	+	–	достаточный
Тимур	+	+	+	+	достаточный
Влад	–	–	+	–	недостаточный
Карина	+	+	+	+	достаточный
Олеся	+	+	–	–	достаточный
Миша	+	+	+	+	достаточный
Даша	+	+	+	–	достаточный
Анфиса	+	+	+	+	достаточный
Настя	+	–	–	–	частичный
Арсений	+	+	–	+	достаточный
Лена	+	–	+	+	достаточный
Данил	+	+	+	+	достаточный

Более наглядно можно увидеть на рисунке 5.

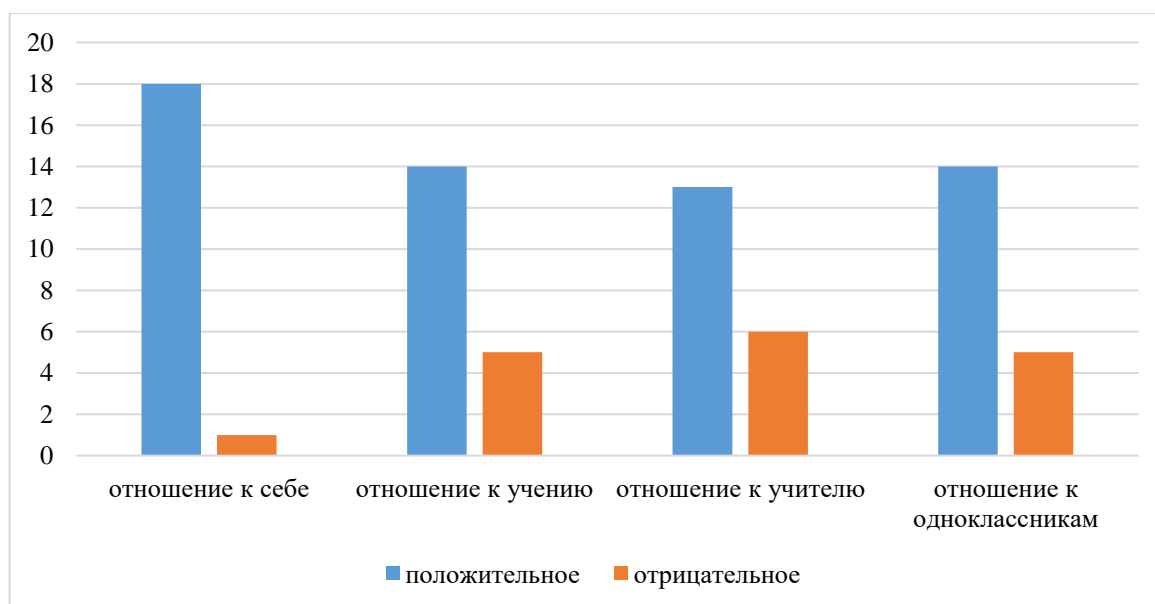


Рисунок 5 – Оценка эмоционального компонента первоклассников

Данное исследование позволило сделать следующие выводы.

По отношению к себе у 18 (95 %) процентов наблюдается положительные эмоции, у 1 (5 %) – отрицательные. По отношению к

учению – у 14 – положительные (74 %), у 5 (26 %) – отрицательные. По отношению к учителю – у 9 (68 %) – положительные, у 6 (32 %) – отрицательные. По отношению к одноклассникам у 14 (74 %) – положительные, у 5 (26 %) – отрицательные.

Суммарное отклонение от аутогенной нормы является интегрированным показателем эмоционального компонента адаптации.

Сопоставление показателей физиологического, деятельностного и эмоционального компонентов позволит квалифицировать уровень адаптации первоклассников как: достаточный, частичный, недостаточный (или дезадаптация).

При осуществлении сравнительного анализа 3 компонентов можно сделать вывод о том, что у 15 (78 %) первоклассников уровень адаптации достаточный, у 3 (15 %) – частичный, у 1 (7 %) – недостаточный.

Более наглядно можно увидеть на рисунке 6.

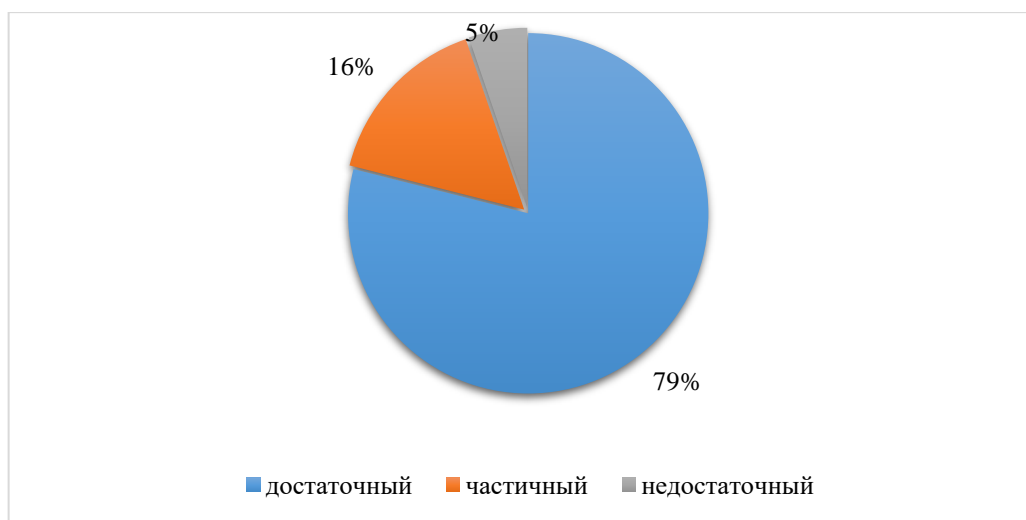


Рисунок 6 – Оценка уровня адаптации первоклассников

Таким образом, на основе полученных данных можно достаточно обоснованно выделить первоклассников, которые нуждаются в индивидуальном внимании психолога. Представляется целесообразным выделить две группы таких детей:

1. Первokлассников с недостаточным уровнем адаптации
2. Первokлассников с частичной адаптацией.

2.2 Формы работы учителя во внеурочной деятельности, направленные на адаптацию первоклассников

Важно помнить, что при поступлении ребёнка в школу, он не станет с самых первых дней смиренно сидеть за партой и выполнять все требования учителя. В дошкольном учреждении, теперь уже первоклассник, привык к постоянной игре и перейти сразу же на учебную деятельность самостоятельно у него не получится, поэтому в период адаптации ребёнка учителю важно помочь ему в этом.

Мы выбрали формы работы педагога, направленные на адаптацию первоклассников во внеурочной деятельности.

Ребёнок, привыкший к постоянной игровой деятельности, должен переходить к учебной постепенно.

Каждый блок упражнений, способствует адаптации первоклассников, а также развивает отдельные навыки и умения школьников.

1. Упражнения для внеурочной деятельности, направленные на развитие читательского навыка первоклассников.

Цель упражнений: помочь первоклассникам адаптироваться к изменившимся условиям; расширить представления первоклассников о произведениях детских писателей.

1) Викторина «Репка»

Всех школьников необходимо разделить на 3 команды, позволить каждой команде выбрать командира, придумать название команды. Затем каждая команда по порядку отвечает на вопросы, выбрав ячейку с вопросом.

Примерные вопросы:

- из какой сказки эта картинка: «Курочка Ряба», «Репка», Теремок»,
- что посадил дед? «картошку», «морковь», «репку»,

- на какую фигуру похожа репка? «квадрат», «треугольник», «круг»,
- какой выросла репка? «Большая-пребольшая», «Маленькая-премаленькая», «ни большая, ни маленькая»,
- кто посадил репку? «Дедка», «Бабка», «Внучка»,
- кого позвала бабка? «Дедку», «Кошку», «Внучку»,
- как звали собачку, которая помогала тянуть репку? «Жучка», «Барбос», «Бобик»,
- кого из животных позвали первым тянуть репку? «Кошку», «мышку», «Собачку»,
- сколько всего героев тянуло репку? «семь», «пять», «шесть».

Так же можно подобрать некоторые упражнения, направленные на адаптацию первоклассников к обучению в школе.

2) Назови героев сказки «Теремок», внимательно посмотри на рисунок 7, составь 3 предложения по рисунку, расскажи соседу по парте, что у тебя получилось.



Рисунок 7 – иллюстрация к сказке «Теремок»

3) Рассмотрите рисунок 8, кого ты на нём видишь? Вспомни сказку и расскажи соседу по парте, что это за сказка и чем она закончилась.

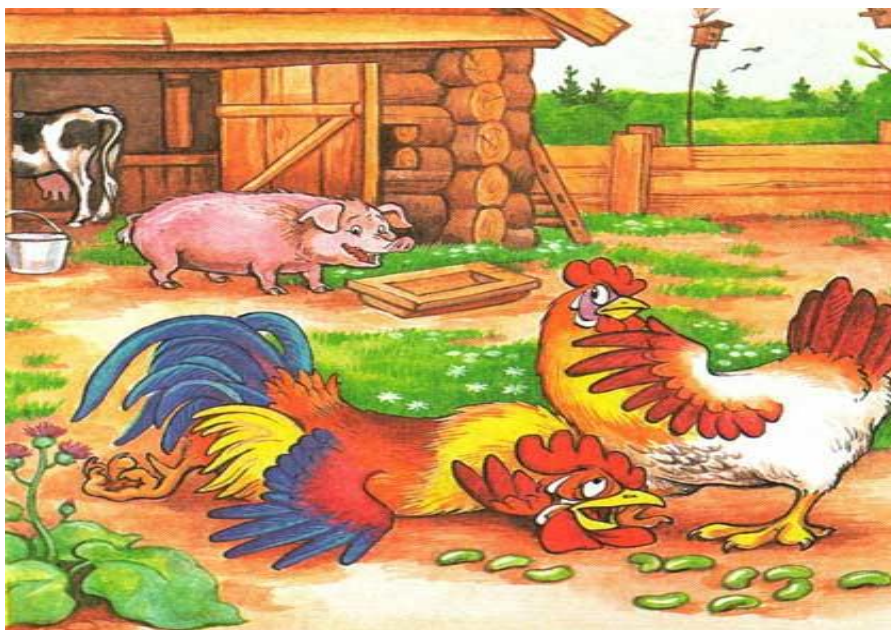


Рисунок 8 – иллюстрация к сказке «Бобовое зернышко»

4) Обсуди в своей команде, что значит пословица «Терпение и труд всё перетрут», придумайте и нарисуйте иллюстрацию, которая бы раскрывала эту пословицу.

2. Упражнения на внеурочной деятельности, направленные на развитие математических способностей первоклассников.

Цель упражнений: Цель упражнений: помочь первоклассникам адаптироваться к изменившимся условиям; развить наблюдательность школьников; отработка навыков счёта, вычислений и решения простых задач.

1) Класс делится на команды (в зависимости от количества обучающихся), проводится викторина «Реши примеры». Команды отвечают по очереди 1 правильно решенный пример – 1 балл. За дополнительно придуманный пример с таким же ответом, начисляется дополнительно 1 балл. Побеждает та команда, которая наберёт наибольшее количество баллов. Примерные задания представлены в таблице 5.

Таблица 5 – Задания для викторины «Реши примеры»

$4 - 2$	$4 - 1$	$5 - 1$	$7 - 3$
$3 + 2$	$3 - 1$	$7 - 3$	$7 + 1$
$5 - 3$	$2 + 2$	$7 - 2$	$7 - 6$
$5 - 2$	$2 + 1$	$6 + 1$	$5 + 3$
$5 - 4$	$3 + 1$	$6 - 2$	$4 - 2$
$2 + 3$	$3 - 2$	$6 - 4$	$7 + 3$

2) Класс делится на команды (в зависимости от количества обучающихся), проводится викторина «Придумай задачу по рисунку». Правильно составленная задача – 1 балл. Побеждает та команда, которая наберет наибольшее количество баллов. Примерны задания представлены на рисунке 9.



Рисунок 9 – Задания для викторины «Придумай задачу по рисунку»

3) Группу детей разделить на команды (3-4 человека) перед каждой командой, разместить различные фигуры разных цветов. Предложить каждой команде построить синий дом, красный корабль, желтую дорожку.

Данное упражнение развивает пространственное воображение, способствует развитию коммуникативных навыков каждого ребёнка, что оказывает положительное влияние на адаптацию первоклассников.

4) Для данной игры выбирается 1 ребёнок, который будет выполнять задания учителя. Все остальные обучающиеся получают фигуры разной формы и размера. Учитель показывает какую-либо фигуру и говорит: «Принеси мне такую же только меньшего размера, познакомься с человеком, у которого эта фигура». Затем дети меняются.

Также можно дать схожее задание, но при том условии, что ребёнок знает названия фигур. Например, «Узнай у кого желтый квадрат и принеси его».

Данное упражнение развивает начальные геометрические знания, а также позволяет познакомить каждого ребёнка со своими одноклассниками.

5) Класс делится на группы (5-6 человек), на команду предоставляются мешки различных цветов (красный, жёлтый, синий, зелёный и др.), а также геометрические фигуры разных цветов и размеров. В каждой команде выбирается ведущий, который должен следовать указаниям учителя.

Важно отметить, что в данную игру лучше играть, когда школьники знают имена своих одноклассников.

Обучающийся должен поместить указанные фигуры в нужный мешок. Например, «Помести квадраты в мешок Маши, помести все синие фигуры в мешок Пети и т.д.».

б) На полу размещены изображения различных фигур (круг, квадрат, треугольник), при этом каждая фигура имеет различные цвета и размер. Учитель просит детей выбрать любую фигуры, на которую они бы хотели наступить, но не говоря никому. Затем дети проговаривают название фигуры, цвет и размер, а затем встают на нее. После того, как все дети проделали такое упражнение, учитель в хаотичном порядке, спрашивает каждого ребёнка: «Кто из ребят выбрал большой зелёный треугольник?», «Охарактеризуй фигуру, на которой стоит Маша» и т.д.

Данное упражнение развивает внимательность ребёнка, развивает пространственное представление о свойствах фигур, позволяют ребёнку высказать свою точку зрения, отвечая перед всеми.

3. Упражнения внеурочной деятельности, направленные на изучение природы.

Цель: познакомить обучающихся с некоторыми явлениями природы, помочь адаптироваться первоклассникам.

1) Игра-вертушка «Что нас окружает».

Школьники делятся на команды по 3-4 человека. Задача каждой команды правильно пройти все испытания. Количество испытаний зависит от количества команд. Примеры испытаний:

– «Кто где живет»

Помогите каждому животному найти свой дом, перенеси фигурку животного на нужное изображение.

В задании могут быть представлены различные животные (рыба, кошка, корова, лошадь, медведь и др.) в соответствие подбираются естественные места обитания животных (река, хлев, лес и др.),

– «Отгадай загадки»

Примеры загадок представлены ниже.

*Много темно-синих бус
Кто-то уронил на куст
Их в лукошко собери-ка
Это бусины – ...*

(черники)

*Что за ягоды лесные,
Словно небо голубые,
На кусточке зреют,
Ароматом веют?*

(голубика)

*Эту ягодку найдете
Не в саду, а на болоте
Круглая, как пуговка,
Красненькая ...*

(клюква)

*Она бывает разной:
Черной и красной.
А из ягод для ребят
Готовят морс и мармелад.*

(смородина)

– «Жизнь в семенах»

Для данной игры понадобится: семена овощных культур, карточки с этапами развития овощных культур, тряпка, вода, банка.

Обучающиеся делятся на команды в зависимости от количества наборов (3-4 человека). Первоклассникам даётся задание: рассмотреть семечко, выбрать нужный набор карточек, расставить по порядку этапы развития растения. Перед проведением игры учитель должен рассказать детям о том, что такое семена. Будет лучше если дети заготовят семена дома с родителями и перед игрой поделятся краткой информацией о

данном растении. Например: «Кто-то из ребят принёс семена. Посмотрите какие они маленькие, но в каждом из них есть необыкновенная сила жизни. Если семечко посадить, то через какое-то время из него прорастёт растение. Сегодня мы попытаемся их пробудить». Каждая группа помещает семена овощных культур в специально подготовленную влажную тряпочку и помещает ее в баночку. «Пройдёт совсем немного времени и у каждого семени появится маленький белый хвостик, это и будет корень растения. Проросшее семечко мы с вами посадим в землю и будем ухаживать за ним и наблюдать за тем, как оно растёт. А сейчас нам предстоит узнать, какие стадии проходит растение от семени до взрослого растения».

Каждая группа внимательно рассматривает семя и выполняет задание, расставляет карточки с изображением этапов развития растения в правильном порядке. В конце дети должны представить свою работу и рассказать о своем растении [25].

2) «Деревья и кустарники»

Цель: формирование умения у детей сопоставлять силуэты деревьев с деревьями в живой природе, правильно располагать ветви по размеру и ширине, адаптироваться к смене обстановки.

Оборудование: Изображения силуэтов деревьев и кустарников, разрезанные части деревьев и кустарников, листья, изображение леса.

Обучающиеся делятся на команды, выбирается командир.

Задания:

- составить деревья и кустарники из их частей;
- выделить три признака, по которым можно отличить дерево и кустарник (высота, толщина ствола, количество стволов, отходящих от корневой системы);
- составить картину леса.

Побеждает команда, которая быстрее справится с поставленными задачами.

3) «Кому нужна вода, а кому – полянка?»

Цель: Познакомить детей с местами произрастания растений (солнечная поляна, затененная опушка леса, рядом с водоемом, в воде), обеспечить общение первоклассников.

Оборудование: Картина с изображением лесного массива, в котором присутствует водоём, лесная поляна; вырезанные изображения лесных цветов, водорослей, полевых цветов.

Первоклассники делятся на команды и выполняют задания, предлагаемые учителем. Перед проведением игры учитель рассказывает о разнообразии растений и их потребностях в тех или иных условиях.

Задания:

– выбрать растение, которое понравилось больше остальных. Рассказать, чем оно понравилось, составить рассказ о внешнем виде растения;

– поместить растение на картину с изображением лесного массива, объяснить почему выбрали именно это место.

Важным этапом в адаптации первоклассников является знакомство школьников друг с другом. Для комфортного знакомства первоклассников между собой можно использовать различные игры на знакомство.

1) «Угадай меня». Дети сидят в кругу на стульях, выбирается 1 водящий, ему завязывают глаза. Водящий ходит по кругу в этот момент дети меняются местами. После чего водящий подходит к любому участнику игры и кладёт руку ему на плечи. Задача водящего угадать, кто сидит перед ним. Если он угадывает правильно, то тот, кого назвали говорит: «Да, это я Ваня». Затем ведущий меняется.

2) «Угадайка». Дети сидят в кругу на стульях, выбирается 1 водящий, который загадывает слово. Задача остальных отгадать это слово, для этого школьники придумывают вопросы. Обязательное условие – формулировать вопросы так, чтобы на них можно было ответить «да» или «нет». После того, как слово угадано ведущий меняется.

3) «Рука к руке». В данную игру лучше играть на улице или в большом помещении. Выбирается 1 галящий, который произносит фразу, например: «Рука к руке» и все участники игры должны встать рука к руке по парам, кто остаётся без пары становится галящим.

Варианты команд могут быть различными: Спина к спине, нос к носу, плечо к плечу и т.д.

Каждый урок, в том числе и занятия по внеурочной деятельности должны сопровождаться динамичными паузами. Характер динамичных пауз зависит от характера деятельности, выполняемого на занятии. Так, например, если занятие длится около 40 минут, в него должны быть включены 2-3 динамические паузы.

Динамические паузы направлены на то, чтобы снять напряжение с какой-либо группы мышц или глаз. Пример динамических пауз представлены ниже.

4. Упражнения для снятия напряжения с глаз

Цель: снять напряжение с глаз; помочь первоклассникам привыкнуть к новой обстановке, изучить расположение различных вещей в классе.

1) Учитель зачитывает стихотворение

*Глазки видят всё вокруг,
Обведу я ими круг.
Глазком видеть всё дано –
Где окно, а где кино.
Обведу я ими круг,
Погляжу на мир вокруг.*

Быстро поморгать, закрыть глаза и посидеть спокойно.

2) Детям предлагается перемещать свой взгляд, как показано на рисунке 10, по направлению стрелочек. После выполнения упражнения ребёнку предлагается посмотреть в окно, найти дальнюю и ближнюю точки.

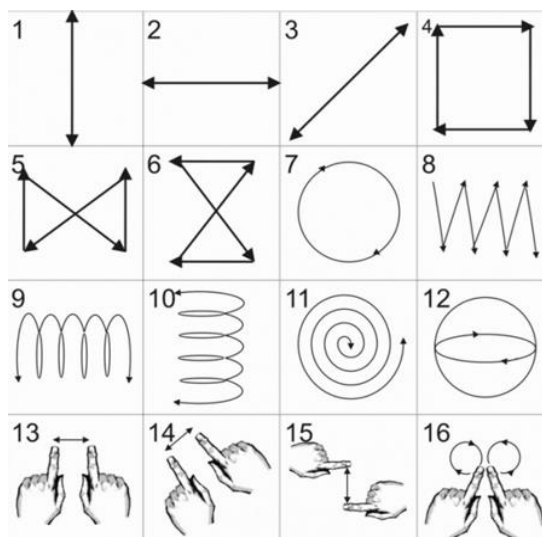


Рисунок 9 – Иллюстрация к разминке на глаза

3) Детям предлагается рисовать глазами всё, что представлено в следующем стихотворении.

*Закрываем мы глаза, вот какие чудеса.
 Наши глазки отдыхают, упражнения выполняют.
 А теперь мы их откроем, через речку мост построим.
 Нарисуем букву о, получается легко.
 Вверх поднимем, глянем вниз,
 Вправо, влево повернем,
 Заниматься вновь начнем.*

Если занятия внеурочной деятельности направлены на использование какого-либо материала, изготовление изделий руками, письмо, то важно предлагать детям динамические упражнения на снятие напряжение с пальцев рук и кистей. Примеры таких упражнений представлены ниже.

5. Упражнения для снятия напряжения с пальцев рук и кистей.

Цель: снять напряжение с пальцев и кистей рук способствует формированию самостоятельности у ребёнка.

1) «Дождь и град». Школьники выставляют руки над столом напрягая пальцы рук. Учитель говорит различные фразы (дождь идёт; пошел град; небо стало ясным, засветило солнышко) Задача детей – выполнять следующие действия под каждую фразу. Под слова «дождь идет» дети постукивают по парте кончиками пальцев, перебирая их по

очереди, как при игре на пианино. Создается впечатление шума во время дождя. Под слова «пошел град» руки поворачиваются ладонями вверх, и дети стучат по парте суставами пальцев. При этом создается впечатление ударов града по крыше. Так повторяется несколько раз, пока учитель не скажет: «Небо стало ясным. Засветило солнышко».

2) «Перчатки». Учитель произносит стихотворение и показывает действия дети повторяют.

*В ноябре, в декабре
Будет холод на дворе.
И тогда мы все, ребятки,
Будем надевать перчатки.
Будем так их надевать.
А потом вот так снимать.*

Можно проводить физкультминутку сидя и стоя. Под слова «в ноябре, в декабре» дети сжимают и разжимают пальцы рук; под слова «будет холод на дворе» потереть руки, поежиться; под слова «и тогда мы все ребятки» опять потряхивают кистями рук; под слова «будем надевать перчатки» заложить пальцы правой руки в левую так, чтобы получилась корзинка; под слова «будем так их надевать» показывают движением левой руки по правой, как будто надевают перчатку на каждый пальчик; под слова «а потом вот так снимать» движением правой руки показывают, как надо снимать с каждого пальчика.

В первые месяцы обучения в школе первоклассникам необходимо привить правила внутреннего распорядка школы, формами такой работы могут быть различные беседы в классе, экскурсии по объектам школы (библиотека, столовая, спортивный зал, актовый зал и др.) при этом важно, чтобы дети с самого начала осваивали правила поведения в школе (перемещаться по школе необходимо только в сопровождении учителя, парами, всем классом, вести себя тихо, не мешая другим обучающимся и др.) С самого первого занятия необходимо рассказать и показать ребёнку как нужно себя вести (хочешь что-то спросить – подними руку, сиди за партой смирно, не выкрикивай, выполняй все задания учителя и др.)

Вывод по второй главе

В ходе исследования была подобрана методика О. А. Ореховой «Домики», которая позволяет оценить эмоциональное состояние ребёнка, связанное с поступлением в школу. Данное исследование позволило сделать следующие выводы:

По отношению к себе у 18 (95 %) процентов наблюдается положительные эмоции, у 1 (5 %) – отрицательные; отношение к учению – у 14 – положительные (74 %), у 5 (26 %) – отрицательные; к учителю 9 человек (68 %) относятся положительно, 6 (32 %) – отрицательно; отношение к однокласснику положительное у 14 человек (74 %), у 5 (26 %) выявлено отрицательное отношение. Для глобальной оценки адаптации нами также были проанализированы медицинские карты школьников, это позволило оценить уровень физической адаптации школьников. Это позволило сделать следующие выводы: уровень физической адаптации достаточный у 17 человек (89 %), у 2 – частичный (11 %), недостаточного уровня физической адаптации не выявлено. Кроме этого нам удалось оценить деятельностный компонент адаптации первоклассников, который указывает на затруднение у школьников освоения основной образовательной программы на основе опроса учителя. Опрос позволил сделать вывод о том, что 10 детей (52 %) не испытывают трудностей на уроках, из оставшихся 9 первоклассников (48 %) у 3 (33 %) проблемы на уроках чтения, у 6 (66 %) – на уроках письма, также у 6 – на уроках математики. Важно отметить, что у 2 первоклассников проблемы возникли сразу по трём дисциплинам.

Анализ 3 компонентов адаптации позволил сделать нам следующие выводы по уровню адаптации первоклассников: 15 обучающихся (78 %) имеют достаточный уровень адаптации; у 3 (15 %) уровень адаптации достаточный; у 1 первоклассника (7 %) уровень адаптации недостаточный.

Так же для учителя был разработан пакет заданий, который можно использовать во внеурочной деятельности для адаптации школьников. Кроме этого задания подобраны таким образом, что они позволяют не только адаптироваться первоклассником, но и развития навыки, необходимые для дальнейшего обучения: развитие читательского навыка, математических способностей, умение изучать природу. Так же в пакете с заданиями представлены игры, помогающие учителю познакомить школьников, сплотить их. Так же важно помнить о том, что каждое занятие требует каких-либо физических или умственных затрат, для этого в пакете представлены задания для снятия напряжения с глаз, пальцев рук и кистей.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, адаптация первоклассников к обучению в школе как педагогическая проблема раскрыта и можно сделать следующие выводы. Под адаптацией мы понимаем умение ребёнка приспособиться к новой системе социальных условий, новым требованиям, режиму дня и др.

Так же исследовано понятие внеурочная деятельность, по нашему мнению, внеурочная деятельность – это вид совместной деятельности нескольких субъектов учебного процесса (ученик – учитель), в рамках внеклассной системы при отсутствии такой же системы регламента как в урочной системе, ориентированно на гармонизацию отношений ребёнка со школой. Данное понятие исследовано проанализировано на основе на основе двух его составляющих игровой и познавательной деятельности.

Анализ педагогической литературы позволил нам сделать вывод о том, что первоклассник быстрее адаптируется к новым изменившимся условиям во время игры. При выборе формы организации внеурочной деятельности ребёнок опирается на свои интересы. ФГОС НОО выдвигает следующие формы организации внеурочной деятельности: экскурсии, кружки, секции, круглые столы, конференции, диспуты, КВНы, школьные научные общества, олимпиады, соревнования, поисковые и научные исследования и т.д.

Анализ психолого-педагогической литературы позволил нам выявить особенности детей возраста 6-7 лет.

Нам удалось выяснить, что возраст 7-ми лет наиболее благоприятен для развития физических и умственных сил ребёнка. В данном возрасте мозг ребёнка увеличивается, что ведёт за собой изменения в процессах возбуждения и торможения.

Также значимой особенностью данного возраста является то, что ребёнок делает представления об окружающем мире, опираясь лишь на то, что он видит. Именно поэтому для успешной адаптации первоклассников

необходимо опираться на его наглядно-образное мышление.

При поступлении ребёнка в начальную школу его восприятие недостаточно дифференцировано. На это указывает то, что ребёнок путает похожие по написанию буквы и цифры.

Память в данном возрасте развивается в двух направлениях: произвольности и осмысленности. Первоклассники обладают хорошо развитой механической памятью, они склонны дословно воспроизводить все, что запомнили.

Учителю важно помнить, что на момент начала обучения ребёнка в школе он проходит кризис 7 лет, который связан с изменением условий ребёнка. Кризис 7 лет – это период рождения социального «Я» ребёнка.

Изменения, которые претерпевает ребёнок, приводят к переоценке своих ценностей. Старые мотивы и побуждения теряют свою силу, становятся второстепенными.

Основной особенностью данного возраста является умение ребёнка подчинять свою работу общественно выработанной системе, выполнять правила, которые от него требуют. Это формирует у ребёнка умение регулировать своё поведение и произвольно управлять им.

В период адаптации школьников учителю важно учитывать индивидуальные особенности каждого школьника. В данный период важная задача педагога – найти подход к каждому обучающемуся и помочь адаптироваться в новых условиях.

Была проведена методика О. А. Ореховой «Домики» для оценки уровня эмоционального состояния первоклассников, анализ медицинских карт школьников для выявления уровня физической адаптации, а также опрос учителя для оценки деятельностного компонента каждого школьника. Данное исследование позволило сделать следующие выводы по оценке уровня адаптации первоклассников: 15 обучающихся (78 %) имеют достаточный уровень адаптации; у 3 (15 %) уровень адаптации достаточный; у 1 первоклассника (7 %) уровень адаптации недостаточный.

Так же, в помощь учителю, был составлен пакет форм работы учителя для первоклассников во внеурочной деятельности, который позволяет не только адаптироваться первокласснику, но и развить его навыки и умения, которые необходимы для обучения.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Аникеева, Н. П. Воспитание игрой [Текст] : кн. для учителя / Н. П. Аникеева. – Москва : Просвещение, 2001. – 144 с.
2. Артёмов, С. Д. Социальные проблемы адаптации [Текст] : учебное пособие для вузов / С. Д. Артёмов. – Ярославль, 2009. – 180 с.
3. Безруких, М. М. Ребенок идет в школу: Знаете ли вы своего ученика [Текст] : Учеб. Пособие / М. М. Безруких, С. П. Ефимова. – Москва : Академия, 2014. – 176 с.
4. Божович, Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте [Текст] / Л. И. Божович. – Санкт-Петербург : Питер, 2008. – 386-389 с.
5. Большой психологический словарь [Текст] / Авдеева Н. Н. и др.; под ред. Б. Г. Мещерякова, В. П. Зинченко. – 4-е изд., расш. – Москва : АСТ ; Санкт-Петербург : Прайм-Еврознак, 2009. – 811 с.
6. Буре, Р. Н. Социальное развитие ребенка [Текст] / Под ред. О. Л. Зверевой. – Москва : Просвещение, 2018. – 226 с.
7. Вальвакова, Т. В. Из опыта работы. Развитие познавательной активности младших школьников на уроках окружающего мира [Текст] / Т. В. Вальвакова // Теория и практика образования в современном мире: материалы V Междунар. науч. конф. (г. Санкт-Петербург, июль 2014 г.) — Т. 0. – Санкт-Петербург : СатисЪ, 2014. – С. 122–124.
8. Венгер, Л. А. Готов ли ваш ребёнок к школе [Текст] / Л. А. Венгер. – Москва : Знание, 2016. – 192 с.
9. Выготский, Л. С. Вопросы детской психологии [Текст] / Л. С. Выготский. – Санкт-Петербург : Союз, 2007. – 199 с.
10. Выготский, Л. С. Педагогическая психология [Текст] / Л. С. Выготский. – Москва : Педагогика, 2014. – 536 с.
11. Выготский, Л. С. Умственное развитие детей в процессе обучения [Текст] : Сборник статей / Л. С. Выготский. – Москва : Ленинград : Гос. учеб.-пед. изд-во, 2012. – 134 с.

12. Границкая, А. С. Научить думать и действовать: Адаптивная система обучения в школе [Текст] : Книга для учителя / А. С. Границкая. – Москва : «Просвещение», 2014. – 175 с.

13. Григорьев, Д. В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор [Текст] / Д. В. Григорьев, П. В. Степанов. – Москва : Просвещение, 2010. – 223 с.

14. Даниленко, О. В. Рекомендации для родителей по интерпретации результатов изучения готовности первоклассников к обучению в школе [Текст] / О. В. Даниленко. – Москва : Просвещение, 2010. – 54 с.

15. Добрынин, Н. Ф. Возрастная психология: курс лекции [Текст] / Н. Ф. Добрынин, А. М. Бардиан, Н. В. Лаврова. – Москва : Просвещение, 2016. – 295 с.

16. Козлова, Н. А. Некоторые аспекты организации преемственности дошкольного и начального образования [Текст] / Н. А. Козлова // Актуальные проблемы дошкольного образования: традиции и инновации: сборник статей XVI Международной научно-практической конференции: в 2 частях (г. Челябинск, 19–20 апреля 2018 г.). – Челябинск : Изд-во ЗАО «Библиотека А. Миллера», – 2018. – С. 338.

17. Козлова, Н. А. Формирование мотивационной готовности дошкольников к обучению в школе [Текст] / Н. А. Козлова // Актуальные проблемы дошкольного образования: риски, возможности, перспективы : сборник статей XVII Международной научно-практической конференции: в 2 частях (г. Челябинск, 18–19 апреля 2019 г.). – Челябинск : Изд-во ЗАО «Библиотека А. Миллера», – 2019. – С. 337.

18. Коломинский, Я. Л. Учителю о психологии детей шестилетнего возраста [Текст] / Я. Л. Коломинский, Е. А. Панько. – Москва, 2016 – 190 с.

19. Кондаков, И. М. Психологический словарь [Текст] / И. М. Кондаков. – Москва : Просвещение, 2000. – 508 с.

20. Кулагина, И. Ю. Младшие школьники: особенности развития [Текст] / И. Ю. Кулагина. – Москва : Эксмо, 2009. – 174 с.

21. Лазарев, В. С. Системное развитие школы: модель системно-целевого управления развитием школы [Текст] / В. С. Лазарев. – Москва : Педагогическое общество России, 2002. – 301 с.
22. Леушина, А. М. Развитие связной речи у дошкольника [Текст] : Хрестоматия по теории и методике развития речи детей дошкольного возраста / Сост. М. М. Алексеева, В. И. Яшина. – Москва : Академия, 2013. – 358-369 с.
23. Амонашвили, Ш. А. Личностно-гуманная основа педагогического процесса [Текст] / Ш. А. Амонашвили. – Москва : Университет, 1990. – 559 с.
24. Луцко, Е. А. К вопросу об определении критериев и факторов эффективности адаптации [Текст] / Е. А. Луцко // Вестник Санкт-Петербургского университета. – 2008. – № 1. - 205-209 с.
25. Сборник дидактических игр по ознакомлению с окружающим миром: Для занятий с детьми 4-7 лет [Текст] / Авт.-сост. Л. Ю. Павлова. – Москва : Мозаика-Синтез, 2015. – 80 с.
26. Обухова, Л. Ф. Концепция Жана Пиаже: за и против [Текст] / Л. Ф. Обухова. – Москва : Издательство МГУ, 2016. – 191 с.
27. Ожегов, С. И. Толковый словарь русского языка [Текст] / Под ред. проф. Л. И. Скворцова. – 28-е изд. перераб. – Москва : Мир и образование, 2014. – 1375 с.
28. Опыт педагогической деятельности С. Т. Шацкого [Текст] / Под ред. В. Н. Шацкой и Л. Н. Скаткина. – Москва : Педагогика, 2016. – 118 с.
29. Педагогический энциклопедический словарь [Текст] / гл. ред. Б. М. Бим-Бад. – 3-е издание, стер. – Москва : Большая российская энциклопедия, 2009. – 527 с.
30. Письмо Минобрнауки России от 18.08.2017 N 09-1672 «О направления методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в рамках проектной

деятельности» [Электронный ресурс] – Режим доступа: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_278827/ (дата обращения 12.10.2019)

31. Попов, Г. Н. Критерии здоровья: адаптация, социализация, индивидуализация [Текст] : Г. Н. Попов. – Вестник Томского государственного педагогического университета. – 2013. – № 5 – 81-83 с.

32. Психология человека от рождения до смерти [Текст] : Санкт-Петербург : Прайм – Еврознак, 2002. – 656 с.

33. Психология [Текст] : Учебник для студ. сред. пед. учеб. заведений / И. В. Дубровина, Е. Е. Данилова, А. М. Прихожан; Под ред. И. В. Дубровиной. – Москва : Издательский центр «Академия», 2013. – 464 с.

34. Российская педагогическая энциклопедия [Текст] : под ред. В. В. Давыдова. – Москва, 2012. – 607 с.

35. СанПиН 2.4.2.2821–10 2.4.2.2821–10 от 29 декабря 2010 г. № 189 [Электронный ресурс] // «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» : [сайт]. [2020]. URL: <http://docs.cntd.ru/document/902256369> (дата обращения 19.12.2019)

36. Соловьева, Д. Ю. Факторы адаптации первоклассников к школе [Текст] / Вопросы психологии : науч. журн. - 2012. - № 4 – Москва : Сентябрь, 2012. – 22-24 с.

37. Спиглазова, Е. В. Мониторинг формирования познавательных способностей на уроках обучения грамоте [Текст] / Е. В. Спиглазова // «Начальное образование сегодня и завтра» : Сборник статей по итогам VI Международной научно-практической конференции педагогов и студентов (25 ноября-2 декабря 2019 г.); Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет. – Челябинск : Южно-Уральский центр РАО, 2020. – С. 178.

38. Спиглазова, Е. В. Теоретические аспекты преемственности деятельности воспитателя и учителя по адаптации ребёнка в школе [Текст] / Е. В. Спиглазова // Международный научный журнал «Colloquium-journal», 2019. – № 20 (44). – С. 59.

39. Столяренко, Л. Д. Основы психологии [Текст] : учебное пособие / Л. Д. Столяренко. – Москва : Проспект, 2012. – 458 с.

40. Трубайчук, Л.В. Дошкольная педагогика [Текст] : учебное пособие – Челябинск : Искра, 2010. – 165 с.

41. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования [Текст] – Москва : Просвещение, 2010. – 31 с.

42. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ РФ «Об образовании в Российской Федерации», п. 34 ст. 2 [Электронный ресурс] // Основные понятия, используемые в настоящем Федеральном законе : [сайт]. [2020]. URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/b819c620a8c698de35861ad4c9d9696ee0c3ee7a/ (дата обращения 15.01.2020)

43. Цветовая диагностика эмоций ребенка [Текст] Практикум по психодиагностике / О. А. Орехова. – Санкт-Петербург : Речь, 2016. – 108 с.

44. Чуткина, Г. М. Адаптация первоклассников к педагогическому процессу школы [Текст] : автореферат дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01 / Г. М. Чуткина / Мин. гос. пед. ин-т им. А. М. Горького. – Минск, 2003. – 17 с.

45. Шапаров, А. Е. Образование и вертикальная социальная мобильность [Текст] / А. Е. Шапаров // Известия высших учебных заведений. Социология. Экономика. Политика. – 2011. – № 2. – С. 90–94.

46. Эльконин, Д. Б.. Избранные психологические труды [Текст] / Д. Б. Эльконин. – Москва : Педагогика, 2007. – 554 с.