



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

**Работа педагога по адаптации ребенка младшего школьного возраста
к обучению в школе**

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

Направленность программы бакалавриата

«Начальное образование»

Форма обучения очная

Проверка на объем заимствований:

54 % авторского текста

Работа рекомендована к защите
рекомендована/не рекомендована

« 09 » 06 2022г.

зав. кафедрой ППиПМ

Волчегорская Евгения Юрьевна

Выполнила:

Студентка группы ОФ-408/070-4-2

Салахова Анна Андреевна

Научный руководитель:

канд. пед. наук, доцент

Шишкина Ксения Игоревна

Челябинск

2022

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОБЛЕМЫ ИЗУЧЕНИЯ РАБОТЫ ПЕДАГОГА ПО АДАПТАЦИИ РЕБЕНКА МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА К ОБУЧЕНИЮ В ШКОЛЕ	6
1.1 Понятие адаптации	6
1.2 Особенности процесса адаптации у детей младшего школьного возраста к обучению в школе	11
1.3 Методы и средства работы педагога по адаптации младшего школьника к обучению в школе	22
Выводы по I главе	27
ГЛАВА II. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПО ИЗУЧЕНИЮ РАБОТЫ ПЕДАГОГА В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ РЕБЕНКА МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ШКОЛЕ	29
2.1 Организация исследования.....	29
2.2 Анализ исследования.....	30
2.3 Методические рекомендации для работы педагога по адаптации первоклассника к обучению в школе	36
Выводы по II главе	41
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	43
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	45
ПРИЛОЖЕНИЕ 1	49
ПРИЛОЖЕНИЕ 2	51

ВВЕДЕНИЕ

Как говорил Спенсер Джонсон: «Приспосабливаться к новому нужно поскорее, поскольку, не приспособившись вовремя, вы рискуете не приспособиться вообще».

Первые дни ребёнка в школе являются самыми важными для его дальнейшего обучения. Дальнейший учебно-познавательный процесс будет зависеть от того, как прошла адаптация первоклассника к обучению в школе. На этом, очень важном для ребенка младшего школьного возраста перед учителем стоит главная задача – помочь ребенку в новой для него среде, ведь именно в данный период происходит кардинальная перестройка деятельности ребенка, меняется его круг общения (появляются одноклассники и учитель).

Важно, чтобы в адаптационный период ребенок «нашел себя», мог спокойно общаться со сверстниками, умел самостоятельно принимать решения и брать ответственность за свои поступки и действия. В связи с этим, у учителя начальных классов появляется еще одна важная цель – создание условий для формирования комфортной среды для адаптации младшего школьника к обучению в школе.

Вопросы работы педагога по адаптации ребенка младшего школьного возраста к обучению в школе рассматривались в работах многих авторов, педагогов и ученых (Л. И. Божович, Л. А. Венгер, А. Л. Венгер, Л. С. Выготский, А. В. Запорожец, А. Р. Лурия, В. С. Мухин). Именно они внесли огромный вклад в разработку дидактических материалов по работе учителя в период адаптации первоклассника. Согласно Федеральному государственному образовательному стандарту (ФГОС НОО) личностные результаты освоения основной образовательной программы начального общего образования должны отражать овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире, принять и освоить социальную роль обучающегося,

развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения. В связи с этим ключевой компетенцией младшего школьника является успешная адаптация к обучению в школе, которая зависит от работы педагога в первые дни ребенка в школе.

Многие родители считают, что по достижению семилетнего возраста, ребенок будет готов к школе, т.е. данная проблема адаптации сможет решиться самостоятельно. Но каждый педагог должен знать, что всегда требуется специальная работа по адаптации к обучению в школе.

Школа – новый этап в жизни первоклассника, потому что на первый план выходит учеба, появляются новые обязанности. Именно в школе происходит формирование характера, новых ценностей, появляется новый круг общения.

Адаптационный период у каждого первоклассника разный: один очень быстро может привыкнуть к школьной обстановке, а другому будет недостаточно и четырех месяцев, поэтому учителя должны учитывать индивидуальные особенности младших школьников.

Из вышеупомянутого можно сделать вывод, что возникает **противоречие** между необходимостью работы педагога по адаптации ребенка младшего школьного возраста к обучению в школе с одной стороны, и недостаточностью методического обеспечения данного процесса, с другой.

Проблема исследования: Каковы методы работы педагога по успешной адаптации младшего школьника к обучению в школе?

Указанные противоречия определили **тему** исследования: «Работа педагога по адаптации ребенка младшего школьного возраста к обучению в школе».

Цель исследования: теоретически изучить проблему работы педагога по адаптации первоклассника к обучению в школе с целью разработки рекомендаций для учителей по данному направлению.

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

Предмет исследования: работа педагога с детьми младшего школьного возраста по успешной адаптации к обучению в школе.

Задачи исследования:

1. Теоретически изучить понятие «адаптация».
2. Рассмотреть особенности процесса адаптации первоклассников к обучению в школе.
3. Теоретически рассмотреть методы и средства работы педагога по адаптации ребенка младшего школьного возраста к обучению в школе.
4. Выявить уровень адаптации первоклассников к обучению в школе.
5. Разработать методические рекомендации педагогам по успешной адаптации первоклассников к школе.

Методы исследования:

1. Теоретические (анализ психолого-педагогической литературы, контент-анализ, обобщение).
2. Эмпирические (тестирование).
3. Методы обработки и интерпретации результатов.

База исследования: МАОУ «СОШ г. Челябинска»

Практическая значимость работы: разработанные методические рекомендации для учителей для работы по успешной адаптации ребенка младшего школьного возраста к обучению в школе, могут быть использованы в практике работы учителя по данному вопросу.

Структура работы:

Работа состоит из введения, двух глав, заключения, библиографии из 37 источников.

ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОБЛЕМЫ ИЗУЧЕНИЯ РАБОТЫ ПЕДАГОГА ПО АДАПТАЦИИ РЕБЕНКА МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА К ОБУЧЕНИЮ В ШКОЛЕ

1.1 Понятие адаптации

Большое количество теоретических и практических исследований было посвящено изучению адаптации, поэтому за последние 15-20 лет расширились знания по этому вопросу (Л. И. Божович, Л. А. Венгер, А. Л. Венгер, Л. С. Выготский, А. В. Запорожец, А. Р. Лурия, В. С. Мухин, Л. Г. Почебут, С. Л. Рубинштейн и др.).

Существует огромное количество формулировок понятия «адаптация»: приспособление организма к изменяющимся внешним условиям (Толковый словарь Ожегова) [31], способность организма приспосабливаться к различным условиям внешней среды (А. Л. Сидоренко) [30], приспособление личности к изменениям образовательного процесса (Н. Н. Горлушкина) [10].

Адаптация – это процесс приспособления ребенка к школе, к новым условиям существования, новому виду деятельности и новым нагрузкам.

ФГОС НОО, в период адаптации первоклассника в школе, обеспечивает знакомство ребенка с одноклассниками и учителем, с классом, со школьной обстановкой и организацией времени, со школьной системой оценивания, с правилами поведения на уроке, также помогает привить навыки индивидуальной, парной и коллективной работы; развивает воображение, память, внимание, мышление, формирует коллектив в классе [25].

К. Д. Ушинский считал, что в процессе адаптации ребенка задействовано очень много механизмов на физиологическом и на психологически-социальном уровне. Он утверждал: «Для того, чтобы воспитывать ребенка во всех отношениях, его надо знать во всех отношениях. Чтобы узнать индивидуальные особенности вновь

поступившего ребенка, учитель должен беседовать с родителями, наблюдать за ребенком в разные отрезки времени дня и в разных ситуациях. Такое изучение ребенка поможет учителю правильно оценить его индивидуальные особенности и направить его поведение в нужное русло [33].

Т. Д. Марцинковская считает, что адаптация – это непрерывный процесс динамичной аккомодации человека к окружающей среде [18].

С. Д. Артемов определяет адаптацию как «процесс приспособления личности к существующим общественным отношениям, нормам, образцам, традициям общества, в котором живет и действует человек» [5].

Наиболее популярное определение самостоятельности трактуется в Национальной педагогической энциклопедии и звучит как «процесс приспособления личности к социально-психологическим условиям среды» [21].

Адаптация – процесс активного приспособления личности или социальной группы к меняющейся социальной среде, заключающийся в способности индивидуума изменять свое поведение, состояние в зависимости от изменения внешних условий [1].

По мнению А. А. Реан, в современных концепциях психологическая адаптация личности рассматривается как сложное, комплексное явление, которое предполагает согласование двух разных критериев: внешнего, отражающего соответствие социальным требованиям, и внутреннего, связанного с общим психическим благополучием [26].

Как считал С. Л. Рубинштейн: «...поступление в школу и начало обучения, сильно расширяют умственные горизонты, порождают новые интересы, дают новое направление эмоциональной жизни, но и так же очень меняются отношения ребенка с окружающими...» [27].

Большое количество физиологических особенностей зависят от того, как проходит адаптация и чем закончится данный период. Общаясь с учителем и одноклассниками, младший школьник будет вырабатывать

определенные стандарты и нормы поведения в обществе [6]. Результат хорошей адаптации – усвоение норм поведения, которые одобрили родители и учителя.

К. Левин, немецкий и американский психолог, явившийся одним из основателей социальной психологии, также 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» [17].

Е. В. Ширенкова считает, что адаптация является способом гармонизации отношений человека с окружающей средой [35].

В. Е. Семёнова и Е. С. Кузьмин утверждают, что социальная адаптация – это особая система взаимодействий личности и социальной среды, которое приводит к оптимальному соотношению целей и ценностей личности [29].

В психолого-педагогических исследованиях существует большое количество работ, которые определяют период адаптации младшего школьника в учебной деятельности: О. А. Нильсона, Б. П. Есипова, З. Ф. Пономаревой и др. Ими рассмотрена адаптация как особая фаза становления человека, от которой в дальнейшем зависит и развитие его личности.

И. М. Кондаков считает, что адаптация – процесс интеграции человека в общество, в результате которого у человека формируются навыки самоконтроля, умение адекватно взаимодействовать с окружающими и принятие им своей социальной роли [16].

А. Е. Шапаров утверждает, что успешная адаптация невозможна без социальной мобильности. Важно отметить, когда ребенок поступает в школу, у него происходит смена локаций: пространство семейных отношений дополняется пространством школы [34].

С самого начала термин «адаптация» применялся в биологических науках и впервые возник в физиологии. В 1865 году немецкий физиолог

Ауберг Горец один из первых предложил термин «адаптация», под которым понималось изменение чувствительности зрительных анализаторов к воздействию внешних раздражителей.

Адаптация (происходит от латинского «ad» – «к»; «aptus» – «пригодный»; «aptatio» – «приглаживание»; «adaptation» – «приспособление») – это процесс взаимодействия живых организмов и окружающей среды, который приводит к приемлемой их аккомодации деятельности и жизни.

А. А. Налчаджян под адаптацией понимает процесс взаимодействия индивида и социальной среды, в ходе которого, оказываясь в различных проблемных ситуациях, возникающих в сфере межличностных отношений, индивид приобретает механизмы и нормы социального поведения, установки, черты характера и их комплексы [20].

Е. П. Ильин, доктор психологических наук, утверждал, что адаптация – процесс взаимодействия и взаимовлияния двух систем – социальной среды и личности, в результате чего происходит изменение в обеих системах [15].

В Большой психологической энциклопедии понятие адаптации звучит следующим образом: приспособление человека к существующим в обществе требованиям и критериям оценок за счет присвоения норм и ценностей данного общества [7].

В Толковом словаре Д. Н. Ушаков раскрывает понятие адаптации как процесс привыкания, приспособления органов чувств и организма в целом к новым, изменившимся условиям существования [32].

В своей диссертации «Социальная адаптация личности» Н. Е. Шустова определяет, что адаптация – это социальный процесс взаимодействия личности и социальной среды, в ходе которого осуществляется реализация актуальных потребностей личности [36].

Сложный противоречивый процесс, включающий в себя момент активности со стороны личности и сопровождающийся определенными сдвигами в ее структуре (И. А. Милославова) [19].

Некоторые учителя считают, что не нужно проводить работу по адаптации у детей в школе, потому что думают, что ребенок в новых условиях адаптируется сам. Тем не менее, работа педагога по адаптации ребенка младшего школьного возраста очень важна, ведь, чтобы добиться наилучших результатов в процессе обучения и пребывания в школе нужно правильно адаптировать ребенка к школьной жизни.

Огромное влияние на адаптацию ребенка в младшем школьном возрасте оказывает учебная, игровая и трудовая деятельность. Если младший школьник принимает участие в коллективной трудовой деятельности, у него развивается положительный интерес к одноклассникам, к школьной обстановке, к учителю.

В XX веке были разработаны теоретико-методологические аспекты работы педагога по адаптации ребенка младшего школьного возраста к обучению в школе. В данной области в этот период проводится проверка, исследование на практике различных методик.

Можно выделить 3 компонента, которые будут являться составляющими адаптации первоклассника к обучению в школе: эмоциональный (эмоциональное состояние ребенка в разнообразных ситуациях в школе), мотивационный (потребность в теоретических знаниях, мотивация учения), когнитивный.

Уровень адаптированности увеличивается или понижается под влиянием воспитания, обучения, условий и образа жизни. Адаптация к школьному обучению понимается как приспособление ребенка к новой системе социальных условий, новым отношениям, требованиям, видам деятельности, режиму жизнедеятельности. Тем не менее, процесс адаптации – это не только приспособление к успешному

функционированию в данной среде, но и способность к дальнейшему психологическому, личностному, социальному развитию [13].

Таким образом, под адаптацией мы будем понимать приспособление к постоянно меняющимся социальным и психологическим условиям с применением разнообразных знаний и умений.

1.2 Особенности процесса адаптации у детей младшего школьного возраста к обучению в школе

С проблемой адаптации ребенка младшего школьного возраста к обучению в школе сталкиваются практически все педагоги. В современном мире важную роль играет формирование у детей положительного отношения к школе, к одноклассникам, к учителю.

Если говорить об адаптации, то это не только приспособление первоклассника к окружающей обстановке и новому коллективу, но и, наоборот, приспособление окружающей обстановке и людей к нему. Из вышеупомянутого можно сделать вывод, что адаптация младшего школьника к обучению в школе является двусторонним процессом.

Самое главное, нужно помнить, что эти две стороны процесса адаптации должны развиваться вместе. Если темп развития будет разный, то адаптация ребенка младшего школьного возраста к обучению в школе может занять достаточно долгое время, и может привести к отрицательному отношению к его новому социуму – школе.

Проанализировав различные понятия адаптации, рассмотренные в параграфе 1.1, мы можем сделать вывод, что адаптация – это особая система взаимодействий личности и социальной среды, которое приводит к оптимальному соотношению целей и ценностей личности.

Когда ребенок впервые приходит в школу, его самая главная деятельность – учебная. Именно учебная деятельность ставит перед ребенком задачу выполнения специальных школьных правил, например,

правила поведения в школе или классе. Процесс адаптации младшего школьника к обучению в школе проходит через 3 стадии (по О. В. Даниленко) [11]:

1. Стадия тревоги.

В связи с тем, что ребенок начал посещать школу каждый день, выполнять домашние задания, общаться с одноклассниками, можно заметить повышение уровня тревожности. Организм младшего школьника находится в стрессе и напряжении. Эта стадия длится достаточно долго, минимум 2-4 недели.

2. Неустойчивая адаптация.

На данной стадии, в связи с повышением деятельности нервной системы, усиливаются все обменные процессы в организме, благодаря этому ребенку легче переносить стрессовые ситуации. Так как это неустойчивая адаптация, все системы в организме младшего школьника работают напряженно. Учителю и родителям нужно понять, что ребенка, на данном этапе, лучше не подвергать стрессу.

3. Завершение острого адаптационного процесса.

Важный момент на этой стадии – собственное восприятие ребенком младшего школьного возраста какой-либо ситуации. Если при наблюдении за первоклассником вы заметите, что он хорошо взаимодействует с учителем, одноклассниками, справляется с учебным материалом и чувствует себя комфортно в школьной обстановке, то можно считать, что его проведение не является чем-то «опасным», а становится обычной, привычной частью жизни. Данная стадия может длиться от 2 месяцев до полугода, у каждого ребенка по-своему.

Надо отметить, что новая школьная среда вводит ребенка в строго нормированный мир отношения и требует от ребенка организованности, ответственности за дисциплину и свои действия, за развитие навыков, которые связаны с обретением особых навыков учебной деятельности.

Когда ребенок только попадает в школу, он сразу сталкивается с тем, что требования со стороны педагога (взрослого человека) становятся неукоснительными, что часто не совпадает с его индивидуальными особенностями характера. Ситуация «Я хочу» сменяется мотивом «Я должен». Именно учебная деятельность требует от первоклассника соблюдать ряд правил, а школьная жизнь ставит его в ситуацию, где он зависит от оценок и мнения учителя, которое всегда отражается на системе межличностных отношений [3].

Новая социальная ситуация ограничивает эмоционально-волевую сферу ребенка, эмоциональное реагирование на какую-либо ситуацию. Абсолютно незнакомая школьная среда для первоклассника является стрессом и ставит его перед необходимостью приспособливаться к её требованиям.

Если говорить про возрастные особенности, то в младшем школьном возрасте начинается функциональное совершенствование мозга: постепенно изменяется соотношение процессов возбуждения и торможения. Как раз поэтому, младшие школьники очень импульсивны и возбудимы [12].

Правильное отношение к обучению в школе у ребенка формируется далеко не сразу. У детей нет ответа на такой вопрос как: «Зачем учиться?». Учение – это труд, который требует от ребенка интеллектуальной активности, мобилизации внимания, коммуникации и самоограничений. Но если ребенок не привык к такому, то у него возникнет отрицательное отношение к учебе, к школе, к учителю и одноклассникам. Чтобы сформировать у ребенка положительное отношение к школьной среде, необходимо внушать, что обучение в школе – это достаточно трудоемкий, сложный процесс, но очень увлекательный. Обучение чему-то новому – это очень занимательно и интересно.

Когда начинается период учебной деятельности у первоклассника, меняется тип отношений: дома и в школе. В семье начинают

предъявляться более строгие требования, так как он уже в статусе первоклассника, также к его новым обязанностям более уважительное отношение со стороны взрослых, нежели к дошкольным играм. В классе педагог свои требования, так как он главное лицо. Поэтому отношения с учителем очень отличаются от отношений с родителями или с воспитателем в детском саду. С начала обучения в школе учитель для ребенка еще чужой человек, и он может ощущать боязнь, застенчивость перед ним.

Формирование интереса к содержанию учебной деятельности, приобретению знаний связано с переживанием школьниками чувства удовлетворения от своих достижений. Это чувство может подкрепляться похвалой или поощрением учителя. Дети младшего школьного возраста испытывают чувство гордости за себя, когда их хвалит учитель, пусть даже и за самые маленькие успехи.

Учебная деятельность в начальных классах стимулирует развитие психических процессов непосредственного познания окружающего мира – ощущений и восприятий. Младшие школьники отличаются остротой и свежестью восприятия, любознательностью [2].

Мы рассмотрели возрастные аспекты адаптации младшего школьника к обучению в школе, но нужно помнить, что готовность ребенка к регулярному и систематическому обучению будет различна, различно состояние здоровья каждого ребенка, поэтому процесс адаптации к обучению в школе будет индивидуальным.

Если рассматривать адаптацию по уровням, то Л. А. Венгер описывает три уровня адаптации младшего школьника к обучению в школе [9].

1. Высокий уровень адаптации.

Ребенок, который только пришел в школу и поступил в первый класс, будет относиться положительно к обстановке в школе, к своим одноклассникам или учителю; будет без серьезных проблем усваивать

учебный материал; будет адекватно воспринимать требования школы или учителя; будет проявлять интерес работе как индивидуальной, так и коллективной; будет ответственно подходить к выполнению домашнего задания.

2. Средний уровень адаптации.

Ребенок вполне спокойно будет относиться к обстановке в школе; будет понимать учебный материал, если учитель подробно и наглядно объяснит его; будет решать типовые задачи или задачи среднего уровня; будет сосредоточен лишь тогда, когда материал ему будет интересен; будет хорошо общаться и иметь нормальные взаимоотношения со своими одноклассниками.

3. Низкий уровень адаптации.

Дети, имеющие такой уровень, безразлично, даже иногда отрицательно, будут относиться к обстановке в школе, к своим одноклассникам и учителю; будут часто жаловаться на проблемы со здоровьем; будут редко проявлять интерес к обучению, изучению чего-то нового; будут иметь плохое, подавленное настроение; будут иногда нарушать дисциплину в классе, школе; не смогут выполнять самостоятельную работу, даже если смогут, то с большими затруднениями; будут не очень хорошо усваивать материал (фрагментами); будут редко выполнять домашнее задание. Таким детям нужен постоянный контроль со стороны родителей, учителя или школьного психолога.

Ребенок может быть работоспособным длительное время, если соблюдать паузы для отдыха. Обычно, у детей с низким уровнем адаптации, нет близких друзей, такие дети могут даже не знать фамилии и имена своих одноклассников.

Если проанализировать процесс адаптации ребенка младшего школьного возраста к обучению в школе, то следует выделить его особенности и формы.

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 только поступил в школу и пошел в первый класс;
- от того, посещал ли он детский сад или его подготовка к школе осуществлялась в домашних условиях;
- от степени раздражительности и возбудимости ребенка;
- от уровня развития ответственности и организованности младшего школьника;
- от того, как менялись ситуации в семье ребенка.

2. Адаптация к новым социальным отношениям и связям. В основном, зависит от:

- режима дня;
- особого места хранения школьных учебников и принадлежностей;
- школьной формы;
- подготовки домашнего задания;
- отношений первоклассника со старшими братьями и сестрами (уравнивание «взрослости» ребенка);
- отношения ребенка к одноклассникам;
- отношения к самому себе как к ученику;
- стиля подведения учителя и родителей;
- особенности атмосферы в семейном кругу.

3. Адаптация к новым условиям познавательной деятельности. Зависит от:

- знаний, умений, навыков, полученных в дошкольном учреждении или в домашних условиях;
- интеллектуального развития;
- любознательности как основы познавательной активности;
- сформированности творческого воображения;

– коммуникативных способностей (умение общаться со взрослыми, сверстниками).

Если говорить про детей с нарушениями здоровья (физического и психологического), то адаптация к обучению в школе у них происходит не всегда благоприятно.

Степень развития организма считается одной из главных составляющих готовности детей к школе. Для учителя важно уделять внимание ребенку, организм которого не привык к определенным ситуациям в школе (стресс, исполнение всех обязанностей). Самое главное, что организм таких детей зависит, исключительно, от здоровья. Стресс в обучении может привести к неврозу или нервному истощению. Очень часто, если ребенок столкнулся с трудностями в обучении или был подвержен стрессовой ситуации, то у него развивается отрицательное отношение к школе, к одноклассникам, что позволяет отнести таких детей к группе риска по психическим заболеваниям.

Учитель строит свою деятельность с учетом степени и длительности адаптации шестилетних детей к школе. Он должен быть сдержанным, спокойным, подчеркивать достоинства и успехи детей, стараться наладить их отношения со сверстниками. Нецелесообразно вызывать в первые месяцы учебного года к доске детей неуверенных в себе, стеснительных, демонстрировать перед всеми недостатки и ошибки отдельных детей.

Специальной дополнительной работы требует устранение трудностей обучения, возникающих у некоторых школьников, повышение их интереса к учебной деятельности и уверенности в собственных силах [4]. Если учитель не учитывает трудности адаптационного периода, то это может привести к нервному срыву ребенка и нарушению его психического здоровья.

Главным критерием для облегчения периода адаптации первоклассников является ступенчатость, постепенное увеличение интенсивности воздействий. Важно учитывать возраст детей, выбирая

программные материалы. Психологами утверждено, что обучение шестилетних ребят, используя программу семилетних, оказалось длительным процессом. Учитель строит свою деятельность с учетом степени и длительности адаптации шестилетних детей к школе. Он должен быть сдержанным, спокойным, подчеркивать достоинства и успехи детей, стараться наладить их отношения со сверстниками. Нецелесообразно вызывать в первые месяцы учебного года к доске детей неуверенных в себе, стеснительных, демонстрировать перед всеми недостатки и ошибки отдельных детей.

Специальной дополнительной работы требует устранение трудностей обучения, возникающих у некоторых школьников, повышение их интереса к учебной деятельности и уверенности в собственных силах. Если учитель не учитывает трудности адаптационного периода, то это может привести к нервному срыву ребенка и нарушению его психического здоровья.

Большинство детей, которые только приходят в школу проходят кризис семи лет. Самый главный симптом – потеря у ребенка непосредственности. Именно в этот кризис ребенок может вести себя «натянuto», то есть манерно, по отношению в учителю или одноклассникам. Младший школьник может стать раздражительным, замкнутым, очень часто могут проявляться вспышки гнева. Также, с противоположной стороны ребенок может стать слишком застенчивый или пассивный.

Теперь рассмотрим понятие «школьная дезадаптация». В широком смысле под «школьной дезадаптацией» понимается «несоответствие социопсихологического и психофизиологического статуса ребенка требованиям ситуации школьного обучения, овладение которой по ряду 30 причин становится затруднительным или, в крайних случаях невозможным» [24].

Также остановимся еще на одном понятии «школьной дезадаптации», под которым понимается «образование неадекватных механизмов приспособления ребенка к школе в форме нарушений учебы и поведения, конфликтных отношений, психогенных заболеваний и реакций, повышенного уровня тревожности, искажений в личностном развитии» [8]. При многих исследованиях механизмов школьной дезадаптации, ученые выявили, что у младшего школьника могут наступать кризисные и «переломные» моменты и события в жизни, при которых происходит резкая смена социальной ситуации его развития. Обычно, такие ситуации могут происходить как раз при переходе из детского сада в школьную обстановку. В садике у ребенка уже сложилась своя система требований, оценок, определенные нормы и правила.

М. М. Семаго утверждает, что опасность дезадаптации присутствует всегда, но особенно, когда первоклассник учится на грани своих физиологических и психических способностей [28].

Существуют различные формы проявления школьной дезадаптации. Например, поведенческая и учебная. Поведенческая форма проявления – поступки первоклассника сильно отличаются от норм и правил школы, а учебная – учебные навыки ребенка не соответствуют школьным требованиям.

Многие авторы и ученые выделяли следующие факторы, которые приводят в школьной дезадаптации:

- социально-психологическая запущенность;
- недостаточное развитие произвольной сферы;
- нетипичное формирование функциональных взаимодействий мозга (например, левшество и связанные с ним проблемы развития двигательной, познавательной и эмоциональной сфер);
- нарушение нейродинамических характеристик деятельности (нестабильность психических процессов);

– эмоционально-личностные проблемы, в том числе коммуникативные.

Р. В. Овчарова отмечает, что основная причина дезадаптации первоклассника в школе – семейное воспитание [22]. Другая причина – отношение родителей к своему ребенку и его обучению. Третьей причиной будет являться негативное, отрицательное отношение учителя к обучающемуся [23].

Адаптация – это результат взаимодействия живых организмов и окружающей среды, который приводит к оптимальному их приспособлению к жизни и деятельности (этнопсихологический словарь).

Существуют различные формы школьной дезадаптации. Например, Р.В. Овчарова выделила следующие формы:

- неприспособленность к предметной стороне учебной деятельности,
- неспособность произвольно управлять своим поведением,
- неспособность принять темп школьной жизни,
- школьный невроз или «фобия школы».

По мнению И. А. Ивановой, при негативном течении адаптации, которая проявляется в виде устойчивого отказа первоклассника от посещения школы вследствие чего становится недоступна для понимания школьная программа и возникают межличностные конфликты с одноклассниками, все это приводит к школьной дезадаптации [14]. Следует отметить, что при школьной дезадаптации снижена школьная мотивация, не складываются взаимоотношения, развиваются невротические состояния, формируются девиантные формы.

На сегодняшний день можно предположить, что количество детей со школьной дезадаптацией увеличилось по сравнению с прошлыми годами, так как происходят различные изменения в нашем обществе, которые влияют как на взрослых, так и на детей не самым благоприятным образом. Благодаря этому, можно сделать вывод о том, что показателями успешной адаптации будут являться школьная мотивация первоклассника, так как от

нее зависит развитие познавательных интересов. Очень важно, чтобы он мог произвольно управлять своим поведением, познавательной деятельностью, но это становится возможным при сформированной иерархической системе мотивов.

Таким образом, самым сложным и ответственным этапом в жизни ребенка является начало обучения в школе. Многие ученые утверждают, что первоклассники переживают психологический кризис, который связан с необходимостью адаптироваться к новым условиям.

Во-первых, кардинально меняется социальная позиция, так как он теперь уже не дошкольник, а самый настоящий ученик. У первоклассника возникают уже новые и сложные обязанности: вовремя приходить в школу, выполнять домашние задания, слушать и усваивать школьный материал и т. д.

Во-вторых, у ребенка сменяется ведущая деятельность. До того, как пойти в школу, ребенок постоянно увлечен только игрой, но с приходом в школу он начинает овладевать учебной деятельностью. Различия между игровой и учебной деятельностью в том, что игровая деятельность является свободной, а учебная деятельность построена на основе произвольных усилий ребенка.

В-третьих, социальное окружение тоже выступает важным фактором при адаптации первоклассника. От того, как к нему относится учитель, будет зависеть его дальнейшее обучение в школе. И необходимо учитывать то, какое у него сложилось отношение к нему одноклассников, ведь его позиция, которую он занимает в классе, очень зависит в будущем.

В-четвертых, острая проблема происходит, когда двигательная активность инициативного ребенка сдерживается, а вялых и пассивных детей наоборот активизируют к деятельности.

Следовательно, как пройдет первый год у первоклассника в школе во многом зависит его успеваемость в последующие годы.

1.3 Методы и средства работы педагога по адаптации младшего школьника к обучению в школе

В течение нескольких десятилетий вопрос по адаптации младшего школьника к обучению в школе изучается многими, педагогами и психологами.

Первый класс для ребенка – один из критических периодов жизни, потому что в его жизни меняется его привычный ритм, уклад. Младший школьник пытается адаптироваться к новым социальным условиям, к новым людям, как старшего возраста, так и своего возраста, к новой для них деятельности.

Поступление в первый класс достаточно эмоционально-стрессовая ситуация. Первокласснику предстоит адаптировать свой организм под новые условия его жизни.

Тяжелее всего адаптация к обучению в школе проходит у детей с ограниченными возможностями здоровья. В современных школах дети с ОВЗ (нарушение опорно-двигательной системы, нарушение органов зрения) обучаются вместе с относительно здоровыми детьми. Поэтому, от правильной организации адаптационного периода младшего школьника зависит не только успешность в учебной деятельности, но и их здоровье, отношение к сверстникам, учителю и комфортность пребывания в школе.

Хотелось бы отметить, что большинство первых классов начинают свое обучение с ФГОС НОО, поэтому учителю предстоит составить специальный план подготовки к введению ФГОС, рабочие программы учебных предметов, заранее подготовить конспекты уроков для разных предметов, составить программы дополнительного образования.

Сейчас, около 85 % – 95 % младших школьников посещали «Школу раннего развития» по подготовке детей 5-6 лет к обучению в школе.

Также, многие родители отправляют своих детей в частные центры, где педагоги работают с детьми для того, чтобы они правильно адаптировались в школе и не отставали от других детей знаниями.

Для педагога очень важно учитывать возрастные особенности детей первоклассников: быстрая утомляемость, периодическое перевозбуждение, интерес ко многим необычным для них предметам, чрезмерное эмоциональное реагирование на свои успехи или неудачи в учебе, затруднение самооценки.

Для облегчения процесса адаптации ребенка первого класса к обучению в школе применяется «ступенчатый» метод, то есть метод постепенного наращивания учебной нагрузки. В первой четверти для первоклассников проводятся по 3 урока по 35 минут.

Дети в первом классе достаточно быстро устают и должны активно двигаться, чтобы избежать переутомления, поэтому, обычно после 2 урока, предусмотрены «оздоровительный час» или динамическая пауза, которую лучше проводить на свежем воздухе.

Подвижный режим должен обязательно соблюдаться и во время уроков. С детьми, обычно, проводятся физкультминутки, которые направлены на снятие напряжений с мышц спины, глазных мышц, на укрепление мелкой моторики.

Для учителя необходимо определить уровень «актуального развития» каждого ребенка. В связи с этим, в сентябре – октябре проводится плановая диагностика первоклассника как психологическая, так и учебно-предметная. Педагогам активно помогает социально-психологическая служба школы. Вместе они изучают психофизиологическую и интеллектуальную зрелость (умение ориентироваться в системе требований, действовать по правилу, уровень развития произвольности, мышления, памяти, внимания, речи, воображения, мотивации, самооценки, утомляемость), наличие учебных

навыков у ребенка, его индивидуально-личностные особенности, состояние здоровья, семью, стратегию родительского поведения.

Следовательно, можно выделить 3 группы первоклассников:

1. Дети с высоким адаптационным потенциалом. Такие дети имеют достаточные возможности, чтобы овладеть позицией школьника, они готовы к усвоению новых знаний и новых школьных требований. Для них характерно: хорошие коммуникативные навыки, достаточный уровень психофизиологической зрелости.

2. Дети с неустойчивым адаптационным потенциалом. Такие дети имеют средний уровень сформированности учебных навыков и средний уровень готовности к школе.

3. Дети с низким адаптационным потенциалом. У таких детей достаточно низкий уровень готовности к школе, низкое развитие коммуникативных навыков, низкие значения самоконтроля.

Педагогу необходимо учитывать, что в классе уровень готовности детей к школе будет разным. На протяжении всего периода адаптации учителя должны поддерживать имеющиеся в штате школы врач-офтальмолог, врач-ортопед, которые обеспечивают медицинскую поддержку процесса адаптации и обучения детей с заболеваниями опорно-двигательного аппарата и органов зрения.

Во время периода адаптации учителя должны обеспечить плавный переход от игровой деятельности к учебной, варьируя объем учебного предметного материала в зависимости от уровня развития конкретных детей в классе, организуют коллективную, групповую и индивидуальную формы работы. Организуют знакомство ребенка с одноклассниками и педагогами, со школьным пространством, с нормами сотрудничества на уроке и правилами поведения вне урока.

Для формирования положительного отношения к обучению в школе, можно использовать следующее упражнение: «бег ассоциаций»

Правила данного упражнения:

Класс делится на пары. Задается главная тема урока. В связи с темой ученик называет 2-3 слова, которые ассоциируются у него с названием темы.

Это упражнение помогает задействовать у ребенка подсознание, чувственную сферу восприятия, а потому способствует более прочному усвоению нового знания, оживляет познавательную деятельность и, в итоге, работает на развитие мотивации к обучению.

Чтобы развить у первоклассника воображение, память и внимание можно использовать следующие приемы:

1. «Пары слов».

Правила: Ребенку нужно запомнить несколько слов, предъявляя каждое из них в паре с другим словом. Например, вы называете пары «кошка – молоко», «мальчик – машина», «стол – пирог» и просите запомнить второе слово из каждой пары. Затем называете первое слово пары, а ребенок должен вспомнить и назвать второе слово. Задание можно постепенно усложнять, увеличивая количество пар слов и подбирая в пары слова с отдаленными смысловыми связями.

2. «Собери картинку».

Цель дидактической игры «Собери картинку» – научить младших школьников визуально сравнивать, правильно соединять детали в единое целое, определять форму и расцветку изображенных объектов.

3. «Маленькие обезьянки».

Каждый из стоящих в ряду (3-6 человек) принимает какую-либо позу. Один из играющих, обследовав их закрытыми глазами секунд 40-50, копирует позу каждого, в то время как остальные стоят спокойно.

С первого дня обучения дети учатся слушать и слышать друг друга, соотносить внешнюю (учительскую) оценку со своей (самооценкой), работать с разными мнениями на уроке. Особое внимание уделяется коллективному обсуждению детских сомнений.

Главная педагогическая задача в адаптационный период – сформировать умение самооценки, так как правильная оценочная деятельность есть основа учебной самостоятельности, к которой стремятся большинство школ по реализации ФГОС.

Следует отметить, что, чем младше школьник, тем более он нуждается в оценке каждого своего учебного усилия. Если учитель хочет сформировать у первоклассника правильную самооценку, то должен соблюдать следующие условия:

1. Самооценочное суждение ребенка. Ведь если оценка взрослого предшествует детской, то ребенок либо некритично принимает ее, либо аффективно отвергает.

2. Первоклассники должны оценить только одно усилие.

3. Каждый ребенок при оценивании имеет свое собственное мнение (учитель знакомит детей с мнениями одноклассников, уважая каждое, не навязывая ни своего мнения, ни мнения большинства, дети учатся ценить достижения другого, проявляя уважение).

Также, в адаптационный период необходима постоянная работа и связь между школой и родителями. Задача учителя в первый год обучения младших школьников – сделать так, чтобы родители стали единомышленниками учителей, способствовали творческому и личностному развитию своих детей. С этой целью необходимо проводить регулярные родительские собрания, на которых учителя и родители обмениваются своими наблюдениями, впечатлениями по поводу изменений, происходящих с детьми, обсуждают возникающие проблемы, ищут пути их решения.

Учитель должен объяснить родителям, что дома необходимо создать условия, обеспечивающие комфортное вхождение ребенка в школьную жизнь.

Таким образом, существует огромное количество методов, приемов и правил по работе педагога по адаптации ребенка младшего школьного

возраста к обучению в школе. Учителям нужно придерживаться следующих правил: 1) учитывать возрастные особенности каждого ребенка (если их не учитывать, то это может привести к нервному срыву у ребенка и нарушению его психологического здоровья); 2) необходимо соблюдать «ступенчатый» метод для облегчения адаптационного периода (плавно увеличивать учебную нагрузку); 3) необходимо проводить коллективные игры или упражнения на формирования определенных навыков («без ассоциаций», «пары слов», «собери картинку и другие интересные приемы»); 4) развивать у ребенка правильную самооценку; 5) привлекать родителей для того, чтобы они способствовали творческому и личностному развитию своих детей.

Выводы по I главе

Анализ психолого-педагогической литературы позволил нам прийти к следующим выводам:

1. Адаптация – приспособление к постоянно меняющимся социальным и психологическим условиям с применением разнообразных знаний и умений.

2. К особенностям процесса адаптации у детей младшего школьного возраста к обучению в школе относят: 1) кардинальную смену социальной позиции, ребенок теперь уже не дошкольник, а самый настоящий ученик; 2) смена ведущей деятельности с игровой к учебной; 3) социальное окружение и его отношение к ребенку выступает важным фактором при адаптации первоклассника; 4) острая проблема происходит, когда двигательная активность инициативного ребенка сдерживается, а вялых и пассивных детей наоборот активизируют к деятельности.

3. Важно обращать внимание на возрастные особенности ребенка (быстрая утомляемость, периодическое перевозбуждение, интерес ко многим необычным для них предметам, чрезмерное эмоциональное реагирование на свои успехи или неудачи в учебе, затруднение

самооценки), ведь можно вызвать отрицательную реакцию на обучение или даже подавление личности.

4. Существует огромное количество методов, приемов и правил для учителей, которые помогают им в работе по адаптации ребенка младшего школьного возраста к обучению в школе. Например, нужно придерживаться следующих правил: 1) учитывать возрастные особенности каждого ребенка; 2) плавно увеличивать учебную нагрузку; 3) необходимо проводить коллективные игры или упражнения на формирования определенных навыков («без ассоциаций», «пары слов», «собери картинку и другие интересные приемы); 4) развивать у ребенка правильную самооценку; 5) привлекать родителей для того, чтобы они способствовали творческому и личностному развитию своих детей.

Из всего вышесказанного можно сделать вывод, что работа педагога в адаптационный период требует больших знаний и усилий, ведь если неправильно подойти к процессу адаптации, ребенок будет сразу негативно настроен на школу и учебную деятельность. Сейчас социуму нужен такой человек, который способен самостоятельно принимать решения, способен творчески мыслить, правильно и четко выражать свои мысли, в начальном формировании этих качеств ребенку должен помочь именно учитель.

ГЛАВА II. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПО ИЗУЧЕНИЮ РАБОТЫ ПЕДАГОГА В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ РЕБЕНКА МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ШКОЛЕ

2.1 Организация исследования

Проблема работы по адаптации ребенка младшего школьного возраста к обучению в школе имеет богатую историю в теоретическом освещении, а также осуществлении ее основных тезисов в практике. На этом основании мы спланировали и провели эксперимент, который проходил на базе одной из школ г. Челябинска, среди обучающихся первых классов. В исследовании приняли участие 2 класса, 56 обучающихся (30 девочек и 26 мальчиков, возраст которых 6-8 лет).

Цель исследования: изучить уровень адаптации у детей в первых класса с целью разработки рекомендаций для учителей.

Можно выделить 3 компонента, которые будут являться составляющими адаптации первоклассника к обучению в школе: эмоциональный, мотивационный, когнитивный. Наша методика направлена на исследование мотивационного компонента адаптации.

Для достижения поставленной нами цели мы использовали простую методику проективного рисунка под названием «Что мне нравится в школе?» (по Н. Г. Лускановой).

Методика Н. Г. Лускановой «Что мне нравится в школе?» (Приложение 1).

Цель методики: выявление отношения детей к школе и мотивационную готовность детей к обучению в школе (мотивационный компонент адаптации).

Для этого мы предложили обучающимся нарисовать, что им больше всего нравится в школе. Рисовать можно все, что хотят. Предупредили, что оценки за рисунок ставиться не будут.

Теперь приступаем к оцениванию рисунков и их анализу.

Уровни:

1. Высокий уровень адаптации (соответствие рисунка темы «школа»).
2. Средний уровень адаптации (частичное соответствие рисунка темы «школа»).
3. Низкий уровень адаптации (полное несоответствие рисунка темы «школа»).

После проведения методики Н. Г. Лускановой «Что мне нравится в школе?», мы проанализировали рисунки обучающихся, чтобы понять насколько хорошо проведена работа педагога по адаптации ребенка младшего школьного возраста к обучению в школе.

2.2 Анализ исследования

Основным направлением исследования было определение уровня адаптации первоклассников к обучению в школе по методике Н. Г. Лускановой «Что мне нравится в школе?».

Рассмотрим результаты, полученные при проведении методики «Что мне нравится в школе?» среди первоклассников, которые представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Графические результаты первоклассников при проведении методики «Что мне нравится в школе?»

№	Имя	Изображение на рисунке
1	2	3
1	Кристина К.	Коридор, дети играют
2	Дарья Е.	Пустой лист
3	Владимир К.	Парты, учитель у доски
4	Сергей Б.	Дети сидят в столовой, кушают обед
5	Анастасия К.	Перемена, игры, много детей
6	Никита К.	Родители, рюкзак, идут домой

Продолжение таблицы 1

1	2	3
7	Ирина М.	Парты, учитель у доски
8	Григорий Н.	Качели на школьном дворе, много детей
9	Татьяна М.	Дети с портфелями на улице
10	Ирина М.	Столовая, много детей
11	Людмила Н.	Перемена, игра в самолетики
12	Дарья О.	Урок, учитель у доски, парты
13	Дмитрий П.	Перемена, игры, много детей
14	Роксана П.	Пустой лист
15	Кира Р.	Нарисованы узоры, круги
16	Илья С.	Машины
17	Светлана С.	Игрушки, которые есть в классе на полочке
18	Анна С.	Столовая, дети кушают
19	Ульяна Т.	Узор в виде сердечек и спиралей
20	Шамиль Ч.	Урок, учитель у доски, много детей
21	Наталья Ч.	Пустой лист
22	Богдан Ш.	Качели на школьном дворе, много детей с рюкзаками
23	Мария Ш.	Родители встречают детей, портфели
24	Евгения Ю.	Поход в музей, экспонаты
25	Иван Я.	Столовая, дети бросаются пирогами
26	Вячеслав А.	Новогодняя елка, телевизор, семья
27	Людмила В.	Игрушки, которых нет в классе
28	София А.	Пустой лист
29	Анна Б.	Родители, рюкзак, идут домой
30	Анастасия Б.	Перемена, играют в прятки
31	Андрей Б.	Узоры
32	Арсений Б.	Перемена, догонялки
33	Ясу Г.	Столовая, пицца, физкультура
34	Владислав Е.	Рисование
35	Артем Ж.	Учитель, стихотворения

Продолжение таблицы 1

1	2	3
36	София И.	Игра в снежки зимой
37	Олеся К.	Классный час, чаепитие
38	Артем К.	Буфет
39	Дмитрий Ч.	Урок физкультуры, баскетбол
40	Полина М.	Пустой лист
41	Артем О.	Ученик тянет руку, урок
42	Илья П.	Урок математики
43	Матвей С.	Игры в телефоне
44	Екатерина С.	Каникулы

Таблица 2 –Уровень адаптации первоклассников к обучению в школе

№	Имя	Уровень
1	2	3
1	Кристина К.	Высокий
2	Дарья Е.	Низкий
3	Владимир К.	Высокий
4	Сергей Б.	Высокий
5	Анастасия К.	Высокий
6	Никита К.	Средний
7	Ирина М.	Высокий
8	Григорий Н.	Высокий
9	Татьяна М.	Высокий
10	Ирина М.	Высокий
11	Людмила Н.	Высокий
12	Дарья О.	Высокий
13	Дмитрий П.	Высокий
14	Роксана П.	Низкий
15	Кира Р.	Низкий
16	Илья С.	Низкий

Продолжение таблицы 2

<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>
17	Светлана С.	Высокий
18	Анна С.	Высокий
19	Ульяна Т.	Низкий
20	Шамиль Ч.	Высокий
21	Наталья Ч.	Низкий
22	Богдан Ш.	Высокий
23	Мария Ш.	Средний
24	Евгения Ю.	Средний
25	Иван Я.	Высокий
26	Вячеслав А.	Низкий
27	Людмила В.	Низкий
28	София А.	Низкий
29	Анна Б.	Средний
30	Анастасия Б.	Высокий
31	Андрей Б.	Низкий
32	Арсений Б.	Высокий
33	Ясу Г.	Высокий
34	Владислав Е.	Высокий
35	Артем Ж.	Высокий
36	София И.	Средний
37	Олеся К.	Высокий
38	Артем К.	Высокий
39	Дмитрий Ч.	Высокий
40	Полина М.	Низкий
41	Артем О.	Высокий
42	Илья П.	Высокий
43	Матвей С.	Низкий
44	Екатерина С.	Низкий
45	Елизавета Ч.	Средний

Продолжение таблицы 2

1	2	3
46	Ангелина К.	Низкий
47	Илья Ч.	Высокий
48	Александр У.	Высокий
49	Данил К.	Средний
50	Марина А.	Высокий
51	Анна А.	Средний
52	Александр Г.	Высокий
53	Георгий Л.	Низкий
54	Павел Л.	Низкий
55	Кирилл Н.	Низкий
56	Владислава Х.	Высокий

Результаты, полученные в ходе распределения первоклассников по уровню адаптации к обучению в школе представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Распределение обучающихся первых классов по уровню адаптации к обучению в школе

Уровень адаптации	Количество обучающихся	
	N	Доля, %
Высокий	31	56
Средний	8	14
Низкий	17	30

Наглядно представим результаты на рисунке 1.

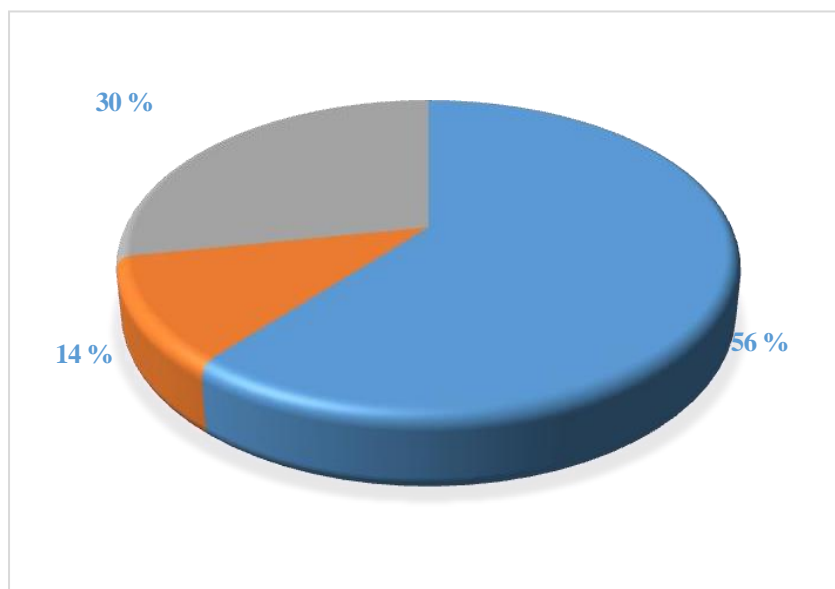


Рисунок 1 – Распределение обучающихся первоклассников по уровню адаптации к обучению в школе

Таким образом, у нас выявилось 3 группы учеников: с высоким, средним, низким уровнями адаптации к обучению в школе. Высокий уровень – 56 %, средний уровень – 14 %, низкий уровень – 30 %.

В первую группу вошли: Кристина К., Владимир А., Сергей Б., Анастасия К., Ирина М., Григорий Н., Татьяна М., Ирина М., Людмила Н., Дарья О., Дмитрий П., Светлана С., Анна С., Шамиль Ч., Богдан Ш., Иван Я., Владислава Х., Анастасия Б., Арсений Б., Ясу Г., Владислав Е., Артем Ж., Олеся К., Артем К., Дмитрий Ч., Артем О., Илья П., Илья Ч., Александр У., Марина А., Александр Г.

Соответствие заданной теме или обладанию высокого уровня адаптации к обучению в школе говорит о наличии положительного отношения к школе.

Во вторую группу со средним уровнем адаптации вошли: Никита К., Мария Ш., Евгения Ю., Анна Б., София И., Елизавета Ч., Данил К., Анна А.

Частичное соответствие заданной теме или обладанию среднего уровня адаптации первоклассника к обучению в школе говорит о наличии относительно нейтрального отношения к школе.

Третья группа состоит из ребят, у которых рисунок полностью не соответствует теме «школа», такие дети имеют низкий уровень адаптации к обучению в школе.

Третья группа: Дарья Е., Роксана П., Кира Р., Илья С., Ульяна Т., Наталья Ч., Вячеслав А., Людмила В., София А., Андрей Б., Полина М., Матвей С., Екатерина С., Ангелина К., Георгий Л., Павел Л., Кирилл Н.

2.3 Методические рекомендации для работы педагога по адаптации первоклассника к обучению в школе

Методические рекомендации посвящены вопросу развития успешной адаптации у младшего школьника к обучению в школе. Они предназначены для педагогов начальной школы. В них изложена информация о том, каким рекомендациям стоит придерживаться учителю для работы по адаптации первоклассника. А также подобраны игры и мероприятия, которые благоприятно влияют на успешную адаптацию младших школьников к обучению в школе.

В основу методических рекомендаций положены труды С. Н. Васюк, Н. Я. Кушнир, С. А. Коробкиной, И. Ю. Кулагиной и др.

Методические рекомендации могут быть использованы учителем начальных классов при работе обучающимися.

Пояснительная записка

Основное направление педагогической деятельности – это правильно организованный процесс адаптации первоклассника к обучению в школе. Школа – одна из важных ступеней жизни для человека. С каждым годом возрастает количество требований для человека, в том числе и социальных. Социуму нужен такой человек, который способен самостоятельно принимать решения, способен творчески мыслить, правильно и четко выражать свои мысли – все это учитель начальных классов должен привить первокласснику.

Методические рекомендации составлены с целью оказания методической помощи учителям начальных классов для успешной адаптации ребенка младшего школьного возраста к обучению в школе.

Используя данные методические рекомендации, у учителей получится содействовать успешной адаптации первоклассников к обучению в школе.

Новизна методических рекомендаций заключается в том, что мы составили список игр и мероприятий, которые могут помочь учителю при работе по адаптации ребенка младшего школьника к обучению в школе.

Нормативно-правовой основой разработки нашей программы являются:

– Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 237-ФЗ;

– Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утверждённый МО и науки РФ.

Содержание методических рекомендаций

Учителю нужно придерживаться следующих рекомендаций, чтобы правильно организовать работу по адаптации первоклассников к обучению в школе:

1. Нужно обеспечить для ребенка правильную физиологическую адаптацию, то есть помнить, что переутомление или длительное напряжение могут сильно отразиться на здоровье ребенка.

Например, ребенку не нужно давать такие задания, которые требуют от него длительного сосредоточения взгляда на каком-либо предмете, проводить больше времени на практические действия с предметами (наглядность), проводить физкультминутки, можно даже на улице, ведь свежий воздух повышает активность головного мозга.

2. Очень важен отбор определенных упражнений для того, чтобы дети быстрее вошли в непривычный для них мир школьной жизни, освоили новую социальную роль – школьник. Например, упражнения

«Эстафета хороших новостей», «Рисуем настроение» и «Спасибо за прекрасный день». Цель этих игр заключается в том, чтобы первоклассники познакомились между собой, почувствовали себя комфортно в непривычной для них обстановке, доверились учителю.

«Эстафета хороших новостей» – каждый ученик должен рассказать о чем-то приятном, что случилось с ним вчера, передавая по кругу мячик или плюшевую игрушку.

«Рисуем настроение» – учитель в конце дня раздает ученикам листы бумаги, фломастеры, карандаши, чтобы дети нарисовали свое настроение.

«Спасибо за прекрасный день» – ученики в конце дня встают в два круга, напротив друг друга, и жмут друг другу руки, произнося «Спасибо за прекрасный день».

3. Периодически проводите работу с теми учениками, которые имеют трудности в адаптации.

4. Используйте индивидуальный подход к детям, особенно к тем, которые имеют какие-либо особенности в развитии и поведении (дети с синдромом дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ), застенчивые дети, дети, которые пишут левой рукой и т.д.).

5. Правильно организуйте пространство в классе, ведь успешная адаптация во многом зависит от обстановки в кабинете. Ребенок должен чувствовать себя безопасно и комфортно во время уроков и во время взаимодействия с учителем и одноклассниками. Например, организовать информационную зону и выписывать новости класса, также можно организовать игровую и зеленую зоны. В игровой зоне нужно расположить мягкую мебель, журнальный столик, настольные игры, чтобы дети чувствовали себя уютно. Зеленая зона (зона растений) необходима для воспитания чувства любви к природе. Можно наклеить карточки ухода на каждое растение, чтобы дети смогли удобрять или поливать растение в соответствии с рекомендациями.

6. Создайте в классе положительный эмоциональный фон, дружелюбную атмосферу, которые помогут ребенку ослабить внутреннее напряжение, познакомиться и подружиться со своими одноклассниками.

7. Включайте детей, которые занимают низкое социальное положение в классе, в значимую деятельность. Это поможет поднять их самооценку и авторитет.

8. Поощряйте детей за вопросы и не осуждайте за то, что они могут что-то не понять. Ученики будут относиться к вам как к помощнику, а не к такому человеку, у которого будут бояться переспросить что-то.

9. По возможности, спрашивайте о том, как дела у учеников, будьте в курсе их переживаний и радостей. Это поможет вам вызвать доверие у младшего школьника.

10. Привлекайте родителей младших школьников к организации правильной адаптации к обучению в школе. Объясните, как нужно правильно помогать ребенку дома, чтобы у него не было негативных эмоций, связанных со школой, одноклассниками и учителем.

Нужно помнить, что первокласник – маленький человек, у которого все еще впереди. Главное, сформировать в нем те качества, которые помогут ему в будущем.

Также существует огромное количество игр и мероприятий для работы учителя по успешной адаптации младшего школьника к обучению в школе:

1. «Космическая скорость».

Игра, цель которой передать мяч из рук в руки за три секунды. Обязательное условие – чтобы мяч побывал у каждого только один раз и мяч нельзя передавать (одновременно держать мяч два человека не могут).

Эта игра направлена на развитие навыка принятия группового решения о стратегии и тактике выполнения поставленной задачи.

2. «Вежливые слова».

Эта игра, где дети бросают друг другу мяч, называя вежливые слова. Так как у младших школьников словарный запас еще небольшой, попробуйте назвать только слова приветствия (здравствуйте, добрый день, привет, мы рады вас видеть, рады встречи с вами); благодарности (спасибо, благодарю, пожалуйста, будьте любезны); извинения (извините, простите, жаль, сожалею); прощания (до свидания, до встречи, спокойной ночи).

Цель: развитие уважения в общении, привычка пользоваться вежливыми словами.

3. «Ха-ха-ха».

Задача этой игры заключается в том, чтобы научиться сдерживать свои эмоции. Цель игроков – не засмеяться, пока они по кругу произносят фразу «ха-ха». Сложность игры заключается в том, что ученики могут смешить друг друга.

Цель: развитие внимания, памяти, умения сдерживать свои эмоции.

Эти игры можно использовать как на переменках, так и на физкультминутках.

Для успешной адаптации есть мероприятия, которые направлены на знакомство учеников друг с другом. Например, мероприятие под названием «Давайте познакомимся», которое очень часто проводится в школах Челябинска (Приложение 2).

Таким образом, методические рекомендации для работы педагога по адаптации первоклассника к обучению в школе очень разнообразны: 1) правильная физиологическая адаптация; 2) отбор интересных упражнений; 3) работа с детьми, имеющих трудности в адаптации; 4) индивидуальный подход к детям, в особенности к тем, кто имеет особенности в развитии и поведении; 5) правильная организация пространства в классе; 6) создание правильного эмоционального фона в классе; 7) включение детей, занимающих низкое положение в классе в значимую деятельность; 8) поощрение детей за вопросы на уроке; 9) быть в курсе радостей и

переживаний учеников; 10) привлечение родителей к работе по адаптации к обучению в школе; 11) игры на переменках или уроках, чтобы разрядить обстановку в классе: «Космическая скорость», «Вежливые слова», «Ха-ха».

Список рекомендуемой литературы

1. Адаптация детей к школе как психологическая проблема // Портал – слово : [сайт]. – 2020. – URL : <https://www.portal-slovo.ru> (дата обращения: 25.11.2021).

2. Васюк С. Н. Адаптация первоклассников к школе / С. Н. Васюк // Междисциплинарный научный журнал. – 2018. – № 13 (97). – С. 32–36.

3. Дубровина И. В. Психология : для студентов средних педагогических учебных заведений / И. В. Дубровина, Е. Е. Данилова, А. М. Прихожан ; под общ. ред. И. В. Дубровиной. – Изд. 2-е, стереотипное. – Москва : Академия, 2003. – 460 с.

4. Журавлев А. Н. Первый раз в первый класс / А. Н. Журавлев. // Народное образование. – 2004. – № 9. – С. 17–19.

5. Иванова И. А. Личностно ориентированные основы развития познавательных способностей учащихся в современной школе : монография / И.А. Иванова. – Саратов: Вузовское образование, 2019. – 347 с.

6. Подласый И. П. Педагогика начальной школы : учебное пособие для педагогических колледжей / И. П. Подласый. – Москва: ВЛАДОС, 2001. – 576 с.

7. Шапаров А. Е. Практическая психология образования : учеб. пособие для студ. психол. фак. университетов / А. Е. Шапаров. – Москва : Академия, 2020. – 421 с.

Выводы по II главе

После проведения методики Н. Г. Лускановой «Что мне нравится в школе?», мы пришли к тому, что результаты нашего исследования

показали, что у большинства младших школьников преобладает высокий уровень адаптации к обучению в школе. Это видно по процентному соотношению учеников, которые обладают высоким уровнем адаптации к обучению в школе – 56 %.

Это свидетельствует о том, что большинство младших школьников стремятся к новым контактам с людьми, спокойно относятся к новой школьной обстановке, к одноклассникам, учителю, не ограничивают круг знакомств. Однако все-таки есть дети, у которых адаптация проходит достаточно трудно, поэтому они нуждаются в серьезной и планомерной работе по адаптации к обучению в школе.

Таким образом, проанализировав полученные данные, мы сделали вывод, что для младших школьников необходима целенаправленная работа по повышению уровня работы по адаптации к обучению в школе, организованная педагогом, включая в этот процесс родителей класса.

Для этого мы разработали методические рекомендации для учителей по работе с адаптацией к обучению в школе у младших школьников.

Рекомендации состоят из информации, которая поможет учителям правильно организовать работу по адаптации младших школьников к обучению в школе.

Таким образом, данные методические рекомендации могут быть успешно использованы учителями начальных классов, родителями младших школьников, а также студентами факультета подготовки учителей начальных классов.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Целью нашего исследования было изучение проблемы работы педагога по адаптации первоклассника к обучению в школе с целью разработки рекомендаций для учителей по данному направлению.

Первой задачей нашего исследования было изучение понятия «адаптация». «Адаптация» – приспособление к постоянно меняющимся социальным и психологическим условиям с применением разнообразных знаний и умений.

Второй задачей было определение особенности процесса адаптации у детей младшего школьного возраста к обучению в школе. Мы выяснили, что первоклассники переживают психологический кризис, который связан с необходимостью адаптироваться к новым условиям: 1) кардинально меняется социальная позиция, так как он теперь уже не дошкольник, а самый настоящий ученик; 2) у ребенка сменяется ведущая деятельность, ведь до того, как пойти в школу ребенок постоянно увлечен только игрой, но с приходом в школу он начинает овладевать учебной деятельностью; 3) социальное окружение тоже выступает важным фактором при адаптации первоклассника, потому что от того, как к нему относится учитель, будет зависеть его дальнейшее обучение в школе; 4) острая проблема происходит, когда двигательная активность инициативного ребенка сдерживается, а вялых и пассивных детей наоборот активизируют к деятельности.

Следовательно, как пройдет первый год у первоклассника в школе во многом зависит его успеваемость в последующие годы.

Третьей задачей исследования стало изучение направления работы педагога по адаптации младшего школьника к обучению в школе. Мы выяснили, что учителя должны придерживаться следующих направлений для правильной работы по адаптации младшего школьника к обучению в школе: 1) учитывать возрастные особенности каждого ребенка (если их не

учитывать, то это может привести к нервному срыву у ребенка и нарушению его психологического здоровья); 2) необходимо соблюдать «ступенчатый» метод для облегчения адаптационного периода (плавно увеличивать учебную нагрузку); 3) необходимо проводить коллективные игры или упражнения на формирования определенных навыков («без ассоциаций», «пары слов», «собери картинку и другие интересные приемы»); 4) развивать у ребенка правильную самооценку; 5) привлекать родителей для того, чтобы они способствовали творческому и личностному развитию своих детей.

Четвертой задачей было выявление уровня адаптации первоклассников к обучению в школе. По итогам диагностики можно сделать вывод, что большинство детей имеют высокий уровень адаптации к обучению в школе. Но также есть дети, которые обладают низким уровнем адаптации к обучению в школе.

Пятой задачей нашего исследования была разработка методических рекомендаций для учителей по успешной адаптации первоклассников к обучению в школе. Методические рекомендации составлены, обозначены задачи, методы, формы и средства взаимодействия.

Таким образом, цель достигнута, задачи выполнены.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Адаптация детей к школе как психологическая проблема // Портал – слово : [сайт]. – 2020. – URL : <https://www.portal-slovo.ru> (дата обращения: 25.11.2021).
2. Адаптация первоклассников к школе. Советы и рекомендации родителям будущих первоклассников // образовательная социальная сеть : [сайт]. – 2019. – URL : <https://nsportal.ru> (дата обращения: 25.11.2021).
3. Александровская Э. М. Психологическое сопровождение школьников : учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений / Э. М. Александровская. – Москва : Академия, 2002. – 206 с.
4. Амонашвили Ш. А. Размышления о гуманной педагогике : собрание сочинений / Ш. А. Амонашвили. – Москва : Издательский Дом Шалвы Амонашвили, 1995. – 496 с.
5. Артемов С. Д. Социальные проблемы адаптации : автореферат дис. ... канд. философ. наук / Артемов Сергей Дмитриевич. – Москва : Образоват. центр «Педагогический поиск», 2000. – 180 с.
6. Артюхова И. С. В первом классе – без проблем : учебно-методическое пособие / И. С. Артюхова. – Москва : Чистые пруды, 2008. – 32 с.
7. Большая психологическая энциклопедия. В 2 т. Т.1. / ред. А. Б. Альмуханова и др. – Москва : Эксмо, 2007. – 542 с.
8. Васюк С. Н. Адаптация первоклассников к школе / С. Н. Васюк // Междисциплинарный научный журнал. – 2018. – № 8 – С. 32–36.
9. Венгер А. Л. Психологическое обследование младших школьников : практическое пособие / А. Л. Вегнер. – Москва : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2001. – 67 с.

10. Горлушкина Н. Н. Педагогические программные средства : учебное пособие / Н. Н. Горлушкина. – Санкт-Петербург : Питер, 2002. – 152 с.
11. Даниленко О. В. Психологические особенности школьной адаптации воспитанников школы : учебное пособие / О. В. Даниленко. – Москва : Академия, 2018. – 182 с.
12. Дубровина И. В. Психология : для студентов средних педагогических учебных заведений / И. В. Дубровина – Москва : Академия, 2003. – 460 с.
13. Жукова З. Л. Совместная деятельность классного руководителя и семьи / З. Л. Жукова // Начальная школа. – 2012. – № 5. – С. 21–23.
14. Журавлев А. Н. Первый раз в первый класс / А. Н. Журавлев // Народное образование. – 2004. – № 9. – С. 17–19.
15. Иванова И. А. Личностно ориентированные основы развития познавательных способностей учащихся в современной школе : монография / И. А. Иванова. – Саратов : Вузовское образование, 2019 – 347 с.
16. Ильин Е. П. Психология для педагогов : учебное пособие / Е. П. Ильин. – Санкт-Петербург : Питер, 2012 – 638 с.
17. Кондаков И. М. Подготовка к школе : иллюстрированный словарь. / И. М. Кондаков. – Санкт-Петербург : Питер, 2003. – 205 с.
18. Левин К. Динамическая психология : избранные труды / К. Левин. – Москва : Смысл, 2011. – 456 с.
19. Марцинковская Т. Д. Психология развития : учебник по курсу психологии развития / Т. Д. Марцинковская. – Москва : Академия, 2001. – 208 с.
20. Милославова И. А. Структура личности : автореферат дис. на соискание ученой степени кандидата философских наук / Милославова Ирина Александровна. – Санкт-Петербург, 2019. – 363 с.

21. Налчаджян А. А. Агрессивность человека : учебник / А. А. Налчаджян. – Санкт-Петербург : Огебан, 2007. – 736 с.
22. Национальная педагогическая энциклопедия [сайт]. – 2020. – URL : <https://didacts.ru/termin/adaptacija.html> (дата обращения : 12.03.2022).
23. Овчарова Р. В. Психология родительства : сборник научных трудов II Международной научно практической конференции / Р. В. Овчарова. – Москва: Академия, 2005. – 368 с.
24. Петровский А. В. Беседы о психологии : учебное пособие / А. В. Петровский. – Москва : Государственное учебно-педагогическое издательство Министерства просвещения РСФСР, 1962. – 199 с.
25. Подласый И. П. Педагогика начальной школы : учебное пособие для педагогических колледжей / И. П. Подласый. – Москва : ВЛАДОС, 2001. – 576 с.
26. Развитие универсальных учебных действий учащихся основной школы в условиях реализации стандартов нового поколения (ФГОС) : учебно-методическое пособие / сост. Т. Р. Акчурин, В. В. Воронов, Ю. В. Дитон. – Киров : Межрегиональный центр инновационных технологий в образовании, 2018. – 265 с.
27. Реан А. А. Сборник работ по педагогике : учебное пособие для вузов / А. А. Реан. – Москва : Прогресс, 2008. – 234 с.
28. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии : учебник / С. Л. Рубинштейн. – Санкт-Петербург : Питер, 2009. – 107 с.
29. Семаго М. М. Психология младшего школьника : учебное пособие / М. М. Семаго. – Москва: Академический Проект, 2018. – 214 с.
30. Семенова Е. В. Детская психология : учебное пособие / Е. В. Семенова. – Минск : МПИ, 1980. – 118 с.
31. Сидоренко А. Л. Коммуникация: теории и практики / А. Л. Сидоренко. – Москва : Государственное учебно-педагогическое издательство, 2017. – 688 с.

32. Толковый словарь Ожегова [сайт]. – 2012. – URL : <https://ozhegov.textologia.ru/definit/adaptaciya/?q=742&n=163498> (дата обращения: 15.04.2022).
33. Толковый словарь Ушакова [сайт]. – 2009. – URL : <https://609.slovaronline.com/83-адаптация> (дата обращения: 16.04.2022).
34. Ушинский К. Д. Избранные труды / К. Д. Ушинский. – Москва : Дрофа, 2005. – 448 с.
35. Шапаров А. Е. Практическая психология образования : учеб. пособие для студ. психол. фак. университетов / А. Е. Шапаров. – Москва: Академия, 2020. – 421 с.
36. Ширенкова Е. В. Изучение школьной дезадаптации : учебное пособие / Е. В. Ширенкова. – Витебск : Эферест, 2016. – 182 с.
37. Электронная библиотека диссертаций [сайт]. – 2013. – URL : <https://search.rsl.ru/ru/record/01000238545> (дата обращения: 25.03.2022).

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Методика Н. Г. Лускановой «Что мне нравится в школе?»

Цель: методика определяет, как дети относятся к школе, взаимоотношение с учителем и сверстниками, а также мотивационную готовность к учебе в школе.

Инструкция: «Ребята, изобразите на листочках, что вам больше всего нравится делать в школе. Рисовать можете все, что захотите».

Оборудование: лист формата А4, карандаши.

При анализе рисунков оценивались следующие показатели:

1. Соответствие заданной теме (если рисунок был на свободную тему).
2. Сюжет (что именно изображено).
3. Динамика изображения.
4. Правильность рисунка.
5. Законченность рисунка.

Анализ рисунка.

1. Несоответствие с заданной темой показывает, что:

а) отсутствует школьная мотивация, и преобладают другие мотивы, чаще всего игровые. В данном случае дети изображают автомобили, игрушки, военные события, узоры. Все это говорит о мотивационной инфантильности;

б) детский негативизм. Отказ ребенка рисовать на заданную тему, рисует то, что больше всего получается или то, что нравится, хочет рисовать. Данное поведение характерно ученикам, которые имеют трудности к приспособлению к ясному пониманию выполнения школьных заданий;

в) неправильная интерпретация поставленной задачи, ее осмысление. Ребенок либо ничего не рисует, либо срисовывает сюжет у сверстников. Чаще всего это характерно детям с задержкой психического развития.

2. Соответствие рисунка с темой свидетельствует о положительном отношении к школе, учебе, но здесь нужно анализировать и сюжет рисунка:

а) учебная обстановка – учитель, объясняющий у доски, ученики, которые сидят за партами, школьная доска с заданиями и т.д. Такие рисунки говорят о высокой учебной мотивации, инициативности ребенка, присутствии у него познавательных учебных мотивов;

б) сюжеты неучебного характера – школьники на перемене или с ранцами – характерны ученикам с позитивным отношением к учебе, но их внимание больше направлено на внешние школьные атрибуты;

в) рисунки с игровыми ситуациями – качели во дворе, игровой уголок, игрушки и другие атрибуты, находящиеся в классе (например, телевизор, цветы на подоконнике и т.д.) – характерны ученикам с позитивным отношением к учебе, но с доминированием игровой мотивации.

Анализ результатов.

Уровни:

1. Высокий уровень адаптации (соответствие рисунка темы «школа»).
2. Средний уровень адаптации (частичное соответствие рисунка темы «школа»).
3. Низкий уровень адаптации (полное несоответствие рисунка темы «школа»).

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Мероприятие «Давайте познакомимся»

Цель: знакомство обучающихся между собой, раскрытие личностных особенностей через актуализацию познавательного опыта в процессе игровой деятельности.

Задачи:

- познакомить участников друг с другом через психологические игры;
- познакомить с различными формами и методами работы в отряде и правилами поведения;
- научить обучающихся преодолевать различные трудности, возникающие в других видах жизнедеятельности посредством игры;
- развивать коммуникативные и творческие способности;
- помочь участникам лучше узнать друг друга, сократив дистанцию в общении, способствовать созданию позитивного эмоционального единства группы;
- способствовать личностному самоопределению;
- формировать навыки социального взаимодействия, освоение диалектики общения.

Ход мероприятия

- Добрый день, дорогие ребята!

Девиз нашей встречи: «Собраться вместе – это начало. Остаться вместе – это прогресс. Работать вместе – это успех». Для того чтобы нам легко училось в школе, мы с вами познакомимся. Я попрошу всех поделиться поровну и образовать два круга. Пока звучит музыка (или по хлопку), вы двигаетесь в противоположные стороны. Как только музыка закончится, вы поворачиваетесь лицом друг к другу и говорите слова, сопровождая их движениями. Здравствуй, друг! (пожимаем друг другу руки).

Как тебя зовут? (положили руку на плечо) Где ты был? (потеребила напарника за ухо) Я скучал? (приложили руку к своему сердцу) Ты пришёл? (руки в стороны)

Хорошо! (обнялись)

А сейчас я предлагаю всем разойтись и за 10 секунд поприветствовать друг друга, поздоровавшись за руку с каждым, никого не пропуская. Лучше кому-то пожать руку дважды, чем пропустить кого-нибудь.

«Математика». Участники стоят в круге. Ведущий даёт задание: «Начнём считать по кругу. Тот, на кого приходится число, кратное трём, произносит вместо цифры своё имя». Если кто-то неправильно сказал, игра начинается заново с этого человека.

«Оригинальная цепочка». Участникам предлагается на начальную букву своего имени назвать черту своего характера, любимый продукт.

«Сходства». Ведущий предлагает участникам найти себе новую «тройку» по какому-либо признаку: по цвету волос, по причёске, по одинаковому цвету одежды и т.д. Вновь образованной «тройке» предлагается в течение 2-х минут найти не менее 5 сходств. После выполнения упражнения, один из участников каждой пары называет общие сходства.

«Зеркало». Нарисовать на листочке своё символическое отражение.

«Подвижные имена». Участники образуют круг, ведущий называет два любых имени, присутствующих. Эти участники должны поменяться местами, а ведущий занять свободное место. Кто не успел встать, становится водящим в центре круга.

«Мое настроение». Отряд делится на две команды, становятся в круг. Каждый получает по листочку и начинает рисовать своё настроение. По хлопку ведущего листок передаётся по кругу. Игра продолжается до тех пор, пока не вернется каждому свой рисунок.