



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

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

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

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

Выпускная квалификационная работа по направлению

44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность программы бакалавриата

«Психологическое консультирование»

Форма обучения очная

Проверка на объем заимствований:

65,91 % авторского текста

Работа рекомендована к защите

рекомендована не рекомендована

«18» 05 2025 г.

зав. кафедрой ТиПП

Кондратьева О.А.

Выполнила:

Студентка группы ОФ-422-227-4-1

Брынских Марина Эдуардовна

Научный руководитель:

к.п.н., доцент кафедры ТиПП

Нуртдинова Анна Алексеевна

Челябинск

2025

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К УСЛОВИЯМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ ШКОЛЫ	8
1.1 Проблема адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы в психолого-педагогической литературе	8
1.2 Возрастно-психологические особенности первоклассников	13
1.3 Теоретическое обоснование модели психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы	21
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К УСЛОВИЯМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ ШКОЛЫ	26
2.1 Этапы, методы и методики исследования.....	26
2.2 Характеристика выборки и анализ результатов исследования.....	33
ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К УСЛОВИЯМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ ШКОЛЫ	42
3.1 Программа психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы	42
3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования.....	54
3.3 Психолого-педагогические рекомендации педагогам и родителям по сопровождению адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы	61
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	75

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	78
ПРИЛОЖЕНИЕ 1 Методики диагностики адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы	87
ПРИЛОЖЕНИЕ 2 Результаты исследования адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы	104
ПРИЛОЖЕНИЕ 3 Программа психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы	106
ПРИЛОЖЕНИЕ 4 Результаты опытно-экспериментального исследования психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы после реализации программы	144

ВВЕДЕНИЕ

В 21 веке образовательная ситуация в России ставит в приоритет ценность развития личности, поддержания психологического здоровья и развития психологической адаптивности детей к условиям образовательной среды школы.

Опираясь на эти приоритеты, считает необходимым уделить особое внимание проблеме адаптации первоклассника к школьному обучению. Младший школьный возраст считается периодом, когда формируется новое взаимодействие «ребенок – образование». На сегодняшний день школа обращает внимание на требования адаптивных способностей ребенка, его возможности и умение взаимодействия с другими людьми.

Достигнув 6-7 лет, у ребенка резко меняется среда: из детского сада он переходит в школу. Из-за резкой смены ведущей деятельности ребенка возникают сложности не только для самого первоклассника, но и для членов семьи и педагога. В соответствии с положениями федерального государственного образовательного стандарта личностные результаты освоения основной образовательной программы начальной школы необходимо отражать в овладении начальными навыками адаптации в динамично меняющемся мире, развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях [5].

По данным отечественных исследований (М.М. Безруких, С.А. Беличева, М.Р. Битянова, Л.И. Божович, Л.А. Венгер, Н.А. Виноградова, Э.В. Галажинского, Н.И. Гуткина, Н.Н. Заваденко, Е.Г. Изотова, И.А. Коробейников, В.В. Сорокиной, Д.Б. Эльконин и др.) от 30 до 70 % первоклассников имеют серьезные проблемы в адаптации к условиям образовательной среды школы [19].

Н.И. Гуткиной, Е.Е. Кравцовой доказано, что дети, которые не готовы к систематическому обучению, сложнее адаптируются к школе, у них гораздо чаще проявляются трудности в обучении [Цит. по: 68].

В больших школах есть значительное число детей, которые в самом начале школьной жизни испытывают трудности с овладением программой обучения и имеют различные нарушения в разных сферах (здоровье, поведение, взаимодействие с другими детьми и учителями и т.д.), что приводит к понижению самооценности, и он пробует компенсировать это с помощью асоциального поведения.

Таким образом, адаптация первоклассников к условиям школы является сложным периодом в жизни ребенка. Он начинает осваивать новую социальную роль (ученик), вид деятельности (учебный), изменяется социальное окружение и появляется новый взрослый. У первоклассника есть уже основные предпосылки учения: способы познавательной деятельности, мотивация [1].

Тема актуальна на сегодняшний день, так как у ребёнка происходят изменения, которые влияют на его обучение в школе, отношения с новыми взрослыми и сверстниками. Поэтому важно, чтобы процесс адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы проходил в комфортной для школьника среде и вовремя отслеживались трудности, как дома, так и в образовательной организации.

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

Объект исследования: адаптация первоклассников к условиям образовательной среды школы.

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

Гипотеза исследования: уровень адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы изменится при, если разработать и реализовать программу психолого-педагогического сопровождения.

Задачи:

1. Проанализировать проблему адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы в психолого-педагогической литературе.

2. Изучить возрастно-психологические особенности первоклассников.

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

4. Описать этапы, методы и методики исследования.

5. Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты исследования.

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

7. Провести анализ результатов опытно-экспериментального исследования.

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

Методы исследования:

1. Теоретические: анализ, обобщение, синтез, систематизация, целеполагание, моделирование.

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

3. Психодиагностические:

– методика «Оценка уровня школьной мотивации» (Н.Г. Лускановой);

– «Проективная методика диагностики школьной тревожности» (А.М. Прихожан);

– «Школа зверей» (С. Панченко).

4. Математико-статистические: критерий выявления направленности и выраженности изменений в уровне исследуемого признака Т-критерий Вилкоксона.

База исследования: Муниципальное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №13» Копейского городского округа, 16 обучающихся первого класса.

Апробация: выступление на международной научно-практической конференции и публикация статьи в сборнике «Актуальные направления трансформации традиционного образования: перспективы и новые возможности развития» 2025, Челябинск.

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

1.1 Проблема адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы в психолого-педагогической литературе

В современном мире проводятся психолого-педагогические исследования по проблеме адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы, что подтверждает актуальность проблемы адаптации учеников 1 класса к школьному обучению.

Изначально понятие «адаптация» использовалась в биологической науке в сфере физиологии. В середине 19 века его предложили использовать в описании чувствительности зрительных анализаторов к воздействию внешних раздражителей.

Психолог Г. Ауберг один из первых определил термин адаптации и получил широкое распространение как в естественных, технических, так и общественных науках. На сегодняшний день термин «адаптация» имеет множество определений [Цит. по: 70].

По В.Б. Войнову: адаптация – это одно из основополагающих качеств человека, это все виды врожденной и приобретённой и приспособительной деятельности, которые обеспечиваются определенными физиологическими реакциями [21, с. 134].

По мнению психолога М.Р. Битяновой, адаптация – это не только приспособление к успешному функционированию в данной среде, но и способность к дальнейшему психологическому, личностному, социальному развитию [Цит. по: 17].

Учёный А. Маслоу считал, что адаптация является оптимальным взаимодействием личности и окружающей среды [Цит. по: 15].

Д.С. Лыгденова представляет адаптацию как «процесс вхождения личности в некие новые условия и освоение ею норм, правил и ценностей, новых социальных ролей и принятия их» [44, с. 60].

Рассматривая термин «адаптация» со стороны социальных наук, мы можем понять его как процесс приспособления одного живого существа к другому.

В 20 веке процесс адаптации стал рассматриваться в психологии. Авторы статей Ю.С. Колесникова и Б.Г. Рубина определяли адаптацию как процесс активного овладения социальными ролями [Цит. по: 8, с. 59].

Е.М. Костерина считала, что «адаптация – это результат взаимодействия живых организмов и окружающей среды, который приводит к оптимальному их приспособлению к жизни и деятельности» [Цит. по: 14].

О.В. Хухляева считает, что «адаптация – процесс приближения психической деятельности личности к социальным и социально-психическим требованиям среды, условиям и содержанию деятельности человека» [Цит. по: 28].

Такие ученые, как Б.Г. Ананьев, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн и др., определяют адаптацию как динамический процесс перестройки функциональных систем организма, обеспечивающего динамическое возрастное развитие.

Таким образом, мы можем сформировать общее понятие адаптации – привыкание к новым условиям среды.

Тогда как мы можем рассматривать понятие «школьная адаптация».

Н.И. Гуткина обозначает школьную адаптацию как «приспособление ребенка к первичному учебному коллективу, нормам поведения и взаимоотношений в новом коллективе. В процессе школьной адаптации происходит включение ребенка в систему взаимоотношений класса с его традициями, нормами жизни, ориентирами» [Цит. по: 12].

Исходя из всех вышеперечисленных определений можно сформулировать общее определение школьной адаптации – это процесс, при котором школьник, поступивший в школу, приспосабливается к новому режиму, окружению и деятельности для успешной социализации ребёнка.

Школьная адаптация является серьёзным вопросом в современной педагогике. Первоклассник изменяет вид деятельности с игровой на учебную, испытывая стресс. В то время как ребёнок адаптируется к школе, школа, в лице педагога, адаптируется к потребностям самого школьника.

В своих исследованиях Л.А. Венгер отмечает, что адаптация ребёнка к школе не может проходить без каких-либо внутренних потерь: ухудшение самочувствия, повышена впечатлительность, переживания и т.д. [17].

Важно сразу отслеживать снижение самооценки и настроение ребёнка. Если процесс адаптации организован, то это способствует активному развитию первоклассника (развитие познавательных процессов, помощь в социализации, приобщение к общественной жизни и др.), адекватному усвоению знаний и т.д.

Учителя начальных классов внимательно отслеживают и подстраиваются под настроение ребёнка, так как первоклассник не обдумывает свои действия, и он импульсивен. Д.С. Лыгденова объясняет такое поведение тем, что у ребёнка отсутствует опыт, что пугает первоклассника и он не может никак это самостоятельно отследить и решить эту проблему [44].

С начала обучения в школе у некоторых первоклассников могут возникать конфликты с одноклассниками, родителями и учителями. Это негативно влияет на адаптацию к школьному обучению, а также на развитие личности. В этом вопросе учитываются индивидуальные и возрастные особенности ребёнка и его жизненную ситуацию. Эту особенность раскрывают исследования Е.Г. Изотовой [31]. В них она

опирается на знания конфликтологии, она отмечает связь между успешностью адаптации к школьному обучению и тем, насколько конфликтен младший школьник. Также автор акцентирует особенность связи конфликта на успехи в обучении.

Сама школьная адаптация оценивается тремя уровнями:

- высокий уровень: обучающийся первого класса имеет положительное отношение к школе, активно и качественно выполняет требования педагога, овладение школьной программы протекает легко и в полном объёме, первоклассник легко справляется с более сложными заданиями, при выполнении указаний не нуждается во внешнем контроле, проявляет любопытство и самостоятельность, в классе занимает благополучное положение;

- средний уровень: школа не вызывает негативных ощущений, усваивается основной учебный материал если педагог расскажет информацию подробно и продемонстрирует, решение типовых заданий проходит самостоятельно, но под контролем взрослого, дружит с одноклассниками;

- низкий уровень: отрицательное отношение к школе, проявление негативизма и не подчинённости, частое наблюдение внутренних и внешних протестов, дисциплина, постоянные жалобы на здоровье, материал усваивается фрагментарно, трудно проходит самостоятельная работа, в классе знает не всех, не общается с одноклассниками и относится ко всем пассивно.

В.А. Шумакова также определила, что психолого-педагогическая поддержка эмоционального комфорта и благополучия способствует успешной социально-психологической адаптации первоклассников к обучению в школе. Она рассматривала эти понятия с помощью общенаучных и эмпирических подходов и установила, что проявляется при определённом уровне адаптации первоклассников к обучению в школе:

- при высоком уровне адаптации – проявляется эмоционально-благополучное отношение к школе;
- при среднем уровне адаптации – проявляется эмоционально-нейтральное отношение к школе;
- при низком уровне адаптации – проявляется эмоционально-отрицательное отношение к школе [Цит. по: 28].

В своей статье психолог Л.В. Ширшова предлагает также рассмотреть взаимосвязь эмоционального благополучия и других составляющих успешной адаптации школьников [67]. Автор отмечает, что у первоклассников сохраняются детские черты характера, но в школе формируется более логичный взгляд и трансформируется поведение.

Л.В. Ширшова определяет особенности адаптации первоклассников к обучению в школе, опираясь на взгляды следующих авторов: Л.И. Божович, А.Л. Венгер, Л.С. Выготский, и т.д. В своём исследовании автор делает вывод, что неблагоприятные условия при адаптации отражаются на психическом состоянии ребёнка. В таком случае поведение ребёнка может проявляться двумя способами:

- проявление агрессии по отношению к окружающим;
- уход в себя, погружение в собственный мир [67].

Нет точных инструкций, которые определяют, будет ли проявляться дезадаптация у первоклассника, но если ребёнок находится в постоянном напряжении, то риск дезадаптации возрастает. Р.М. Эхаева выделяет следующие формы проявления дезадаптации:

- поведенческая дезадаптация (школьник уходит от требований в школе);
- сложность в усвоении знаний (учебная мотивация) [70].

Рассмотрим следующие причины дезадаптации по Е.Г. Изотовой:

- отсутствие индивидуального подхода к ребёнку, своевременной помощи и проявление неуважения к нему;

- неблагоприятная материально-бытовая или эмоциональная ситуация в семье, алкоголизация родителей, заброшенность или гиперопека;
- негативное влияние окружения, криминализация;
- доступность алкоголя и наркотиков;
- деформация общественных и нравственных идеалов, превосходство обогащения над самореализацией, обстановка вседозволенности;
- тяжелые физические заболевания и нарушения психики, акцентуации и патологии личности, задержка психического развития [31].

Психолог Е.В. Леонова выделяет факторы школьной дезадаптации:

- социально-психологическая запущенность;
- низкий уровень развития произвольной сферы;
- атипичное формирование функциональных взаимодействий мозга и т.д. [Цит. по: 17].

Л.М. Костина провела исследование на изучение взаимосвязи школьной тревожности на адаптацию первоклассников к условиям образовательной среды школы и выявила следующее: дети с высоким уровнем тревожности на эмоциональном и психосоматическом уровне адаптируются к школе хуже, чем дети со средним уровнем тревожности; ученики с высокой тревожностью на деятельностном уровне проявляют более выраженную дезадаптацию, чем среднетревожные первоклассники [55].

Автор делает вывод, что тревожность за пределами оптимальных значений деструктивно влияет на все показатели школьной адаптации ребёнка к начальному этапу непрерывного образования.

В исследованиях учёных Г.Н. Жулиной, А.И. Коротаевой, Т.С. Семёновой и О.В. Хухлаевой определяют, что наибольшее влияние на

дезадаптацию может быть воспитание в семье, а не переход от дошкольного к школьному обучению.

О.В. Хухлаева объясняет причину: гиперопека, или наоборот, невнимательное отношение родителей к ребенку, могут быть провоцирующими факторами для дезадаптации в школе [Цит. по: 28, с. 9].

Психолог О.Ю. Камакина выделяет формы проявления школьной дезадаптации:

- неприспособленность к предметной стороне учебной деятельности;
- отсутствие самодисциплины;
- неспособность подстраиваться по тем жизни в школе;
- боязнь школ и низкая мотивация к школьному обучению [32].

Таким образом, в психолого-педагогических исследованиях проблема адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы является актуальной темой. Адаптация первоклассников определяется различными факторами дезадаптации, такими как стресс от новой среды, недостаток социальных навыков, необходимость приспособиться к учебному процессу и т.д. Также указывается важность роли педагогов и родителей в помощи детям преодолеть трудности адаптации и успешно войти в школьную жизнь. Ключевыми моментами для успешной адаптации являются поддержка, понимание и создание комфортной обстановки для первоклассников. Также мы изучили, что для успешной адаптации первоклассников необходим благоприятный уровень школьной мотивации и тревожности.

1.2 Возрастно-психологические особенности первоклассников

В предыдущем параграфе мы подробно рассмотрели определения понятия «адаптация» и изучили её сложности у первоклассников. В этом параграфе мы рассмотрим особенности этого процесса.

Перед тем как перейти к рассмотрению особенностей адаптации первоклассников к обучению в школе стоит рассмотреть особенности младшего школьного возраста.

Младший школьный возраст – это начало для новой среды ребёнка и его деятельности. У первоклассника остаётся ещё детские качества (наивность, взгляд на взрослого снизу вверх, легкомыслие). Но постепенно ребёнок усваивает более взрослые качества поведения и формируется другой тип мышления. У него проявляются такое качество характера: с одной он активен, импульсивен, неконцентрированный как дошкольник, а с другой формируются новые потребности, проявляется интерес к познанию мира.

Физиологи определяют, что к началу школьного обучения у ребёнка кора больших полушарий достаточно зрелая. Это приводит к тому, как отмечает С.Р. Битянова, что изменяются регулирующие функции коры и проявляются совершенно разные эмоции [Цит. по: 17].

Первоклассник совсем недавно перешёл из старшего дошкольного возраста. Это определяет, что он легко возбудим, эмоционален и не способен длительно сосредотачиваться на чём-либо.

Психофизиологическое развитие у всех детей отличается. Например, у девочек идёт опережение на 1-1,5 года. Ведущая деятельность становится учебной, но ещё преобладает игровая.

В своих работах М.И. Матюшичева отмечает, что развитие мышления в 7-8 лет приводит к развитию интеллекта, что способствует формированию произвольности мышления, т.е. становится регулируемым [46]. Но важно учитывать, что младший школьник продолжает мыслить специфически. Способности к обобщению минимальны, так же, как и способность к абстрагированию. Но важно отмечать, что в первом классе дети выделяют внешние признаки предмета или явления, а к концу начальной школы они могут уже опираться на свои знания. Активно формируется логическое мышление.

Рассмотрим психологические особенности младшего школьного возраста:

- доверчивое подчинение авторитету;
- повышенная впечатлительность и восприимчивость;
- наивно-игровое отношение ко многим вещам и явлениям.

Т.В. Красникова отмечает, что младшие школьники беспрекословно выполняют требования учителя и ещё нет пререканий и споров как у подростков [40].

Также у младшего школьного возраста проявляется повышенный уровень доверия. Они воспринимают оценки как метод оценивания самого себя. Дети стремятся подражать своему первому учителю. Получая задание, они выполняют его, потому что считают, что так положено и не задумываются о том, для чего его делают.

Г.Н. Жулина отмечает «...в этом возрасте сильной остаётся направленность ребёнка на внешний мир: все события, которые происходят вокруг него, оставляют на ребенке неизгладимое впечатление» [Цит. по: 7, с. 229]. Исходя из этого можно определить, что для формирования познавательной активности ребёнка используются его любопытство и активный интерес. Особенно ярко это проявляется на переменах.

Формируется новый уровень самооценки, возникает критическое мышление к самому себе. В норму входит тот факт, что в начальной школе самооценка ребёнка немного снижается. Оценкой для младшего школьника является оценка его знаний, умений и навыков окружающих людей. Р.М. Эхасовой отмечает, что «в младшем школьном возрасте формируется самосознание себя как личности в новой роли школьника, формируется внутренняя позиция школьника» [70, с. 150].

У детей 6-7 лет преобладает первая сигнальная система, поэтому наглядно-образная память и наглядное мышление развито более всего. Они способны запомнить механическую последовательность, набор слов или

цифр, без их осмысления, даже если у них нет никакой смысловой связи. Между тем, О.Ю. Камакина утверждает, что «напротив, у младших школьников обычно есть проблемы с воспроизведением текста своими словами. В современной практике педагоги всё больше обращают внимание на недостаточную развитость монологической речи» [32, с. 80].

Образовательное учреждение ставит новые цели и задачи для первоклассников, не связанные с тем, что проводилось в дошкольном учреждении. Обучение в школе требует мобилизации и активизации физических и интеллектуальных сил ребёнка: новый коллектив, личность педагога, изменение режима рабочего дня и отдыха, непривычно длительное ограничение физической активности. Е.Г. Изотова считает, «это может способствовать тому, что у ребёнка при неблагоприятном стечении других обстоятельств может возникнуть дезадаптация» [31, с. 431].

В статье В.А. Шумакова отмечается, что в период адаптации к школе проявляется много изменений:

- смена привычного режима дня и игр на посещение уроков;
- появление отчёта новых требований;
- подчинение новым требованиям [Цит. по: 28].

Л.С. Выготский изучил динамику перехода с дошкольного возраста к школьному и определил, что при начале школьной жизни происходит возрастной кризис семи лет. В этот период происходит существенное преобразование психологического образа ребенка, перестройка его отношений с социальным окружением [Цит. по: 3]. В этом возрасте ярко проявляются изменения поведения первоклассника (не слушается взрослых, демонстративно себя ведёт, манерничает и т.д.). Но это лишь внешние изменения ребёнка, за ними стоят более глубокие. Л.С. Выготский считал, что все изменения идут от потери ребёнком детской непосредственности. Также изменяются другие сферы, например, эмоционально-мотивационная (ребёнок чувствует себя либо значимым,

либо неполноценным). Самооценка формируется от отношений к ребёнку окружающих.

Э. Эриксон описывал в своих работах, что при переходе в школе у первоклассника формируется важное личностное образование, как чувство социальной и психологической компетенции или наоборот социальной и психологической неполноценности при неблагоприятных условиях [Цит. по: 7].

Л.И. Божович описывала возраст семи лет рождением социального «Я». Благодаря психическому развитию ребёнка при переходе в школу формируется желание занять взрослую позицию в жизни. При школьном обучении это проявляется в стремлении социальной позиции школьника и выполнении учебной деятельности, благодаря этому и удовлетворяется потребность быть в позиции взрослого [Цит. по: 66].

У кризиса 7 лет нет чётких границ, как правило, это 6-7 лет. Если первоклассник не проходит этот кризис, то он остаётся в позиции дошкольника, что говорит о его неготовности к обучению в школе.

При адаптации ребёнка к школе необходимо учитывать недостаточное развитие центральной нервной системы. В возрасте 7-10 лет у детей преобладают процессы возбуждения над процессами торможения, поэтому детям тяжело концентрироваться на чём-то длительное время.

Поступление в школе является один из трудных периодов в жизни ребёнка в психологическом, социальном и физиологическом плане. У первоклассников меняется всё: новое окружение, переход на новую ведущую деятельность и социальную роль, новые требования. Происходит мобилизация всех ресурсов, интеллектуальных и физических для успешного освоения новых задач. Наступает период систематического обучения.

В это время происходит социальное развитие: у первоклассника появляются обязанности, а его поведение и деятельность подвергаются общественной оценке. Когда ребёнок не может справиться с задачей и

испытывает неудачи это может повлиять на его самооценку и сформировать чувство неполноценности. Именно поэтому в первый год обучения младшие школьники не получают оценок.

В детском саду учитывались и принимались индивидуальные особенности ребёнка. Однако в школе появляются новые условия жизни ребёнка, где могут начать проявляться отклонения в развитии. Они могут стать основой детских страхов и вызывать угнетение состояния.

При формировании учебной деятельности в центр сознания ребенка выдвигается мышление. С развитием мышления другие функции (память, внимание) тоже интеллектуализируются и становятся произвольными [6]. При появлении школьных требований у ребёнка формируются основы дисциплины.

При успешной адаптации можно говорить о готовности к систематическому обучению. Определяя понятие «готовность ребенка к школьному обучению», Л.А. Венгер отмечает: «Быть готовым к школе – не значит уметь читать, писать и считать. Быть готовым к школе – значит быть готовым всему этому научиться» [17].

Важно, чтобы был достаточный уровень развития органов и систем, чтобы организм мог адекватно реагировать на новые нагрузки. Именно поэтому возраст ребёнка – один из факторов успешной адаптации.

М.М. Безруких отмечала важность подходящего для ребёнка обучения, чтобы избежать дезадаптацию при поступлении в школу. Важно именно создать условия для будущего освоения навыков. Необходимо развивать речь, фонематический слух, формировать произношение, мелкую моторику руки, развивать умение слушать и слышать прочитанное, понимать смысл [Цит. по: 56].

Л.И. Божович выделила следующие параметры, которые влияют на успешность адаптации первоклассника к обучению в школе:

1. Достаточный уровень мотивационного развития ребёнка.

2. Достаточный уровень развития произвольного поведения и интеллектуальной сферы [Цит. по: 66].

Психолог М.И. Лисина определяет четыре критерия успешного общения:

- общение предполагает внимание к другому, без которого любое взаимодействие невозможно;
- эмоциональное отношение к другому человеку;
- инициативность, способность привлечь и удержать внимание партнера к себе;
- чувствительность к обратной связи, способность улавливать отношение партнера к себе и адекватно реагировать на него [Цит. по: 46].

Также М.И. Лисина определяет оценку адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы с разных позиций:

1. Учебная – каким способом ребёнок решает учебные задачи и какой результат это приносит.
2. Поведенческая – как ребёнок может регулировать своё поведение и концентрирует внимание.
3. Социально-психологическая – как ребёнок коммуницирует с детьми и взрослыми [Цит. по: 36].

Таким образом, мы рассмотрели возрастно-психологические особенности адаптации первоклассников к обучению в школе: поступление ребёнка в школу совпадает с кризисом 7 лет; ведущая деятельность с игровой переходит на учебную; появляется новый социальный статус; активное развитие познавательной, эмоционально-волевой, мотивационных сфер; переход на новый уровень коммуникативных навыков.

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

В настоящее время составляются программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы. Практически сопровождение адаптации первоклассников к условиям школы проводится в групповой работе и в работах в паре с применением изотерапии.

Для наглядности необходимо сначала разработать модель исследования психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

Модель – конструкция, которая отражает основные направления работы и предмет исследования [6].

Моделирование позволяет эффективно разработать учебную, коррекционную, диагностическую и т.д. работу и наглядно разобрать суть и продуктивность каждой части программы.

Целеполагание – сознательная работа установки своих личных и рабочих целей, необходимых для достижения ожидаемых результатов от того или иного процесса.

Целеполагание позволяет точно определить генеральную цель исследования и расставить приоритеты выполнения задач во время реализации программы, оценить ожидаемые результаты на каждом этапе реализации и чёткую структуру действий.

При составлении «дерева целей» необходимо учитывать генеральную цель реализации программы и полное понимание задач, которые способствуют её достижению.

Рассмотрим «дерево целей» психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы на рисунке 1.

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

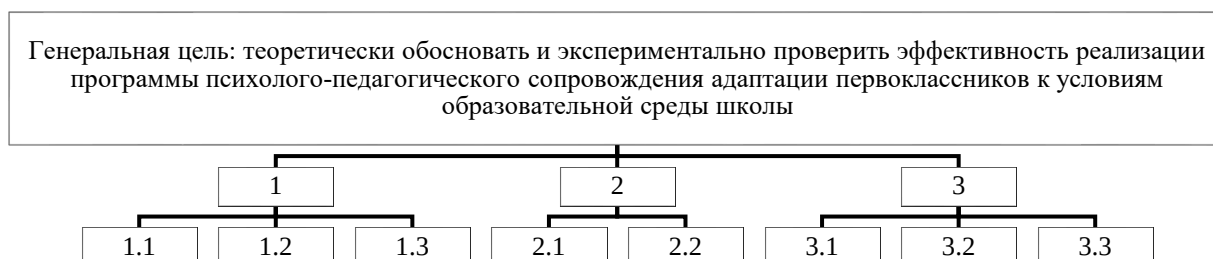


Рисунок 1 – «Дерево целей» исследования психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы

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

1.1. Проанализировать проблему адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы в психолого-педагогической литературе.

1.2. Изучить возрастно-психологические особенности адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

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

2. Организовать опытно-экспериментальное исследование психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

2.1. Определить этапы, методы и методики проведения исследования.

2.2. Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты исследования.

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

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

3.2. Провести анализ результатов опытно-экспериментального исследования.

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

На основе «дерева целей» мы составили модель программы психолого-педагогического сопровождения психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы на рисунке 2.

Наше исследование началось с изучения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы и формулирования её проблемы. На данном этапе мы провели анализ явления и выявили возрастнопсихологические особенности детей 6-7 лет. После этого мы разработали модель, которая отражает важные связи и закономерности адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы. Далее были подобраны теоретические методы (анализ, синтез, систематизация, целеполагание, моделирование) и эмпирические методы (констатирующий, формирующий эксперименты и тестирование по методикам (методика «Оценка уровня школьной мотивации» Н.Г. Лускановой, «Проективная методика диагностики школьной тревожности» А.М. Прихожан, «Школа зверей» С. Панченко)). А чтобы выявить направленность и выраженность изменений в уровне исследуемого признака выбрали математико-статистический метод Т-критерий Вилкоксона.

После определения способов исследования адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы мы использовали модель и ввели необходимые изменения в неё.

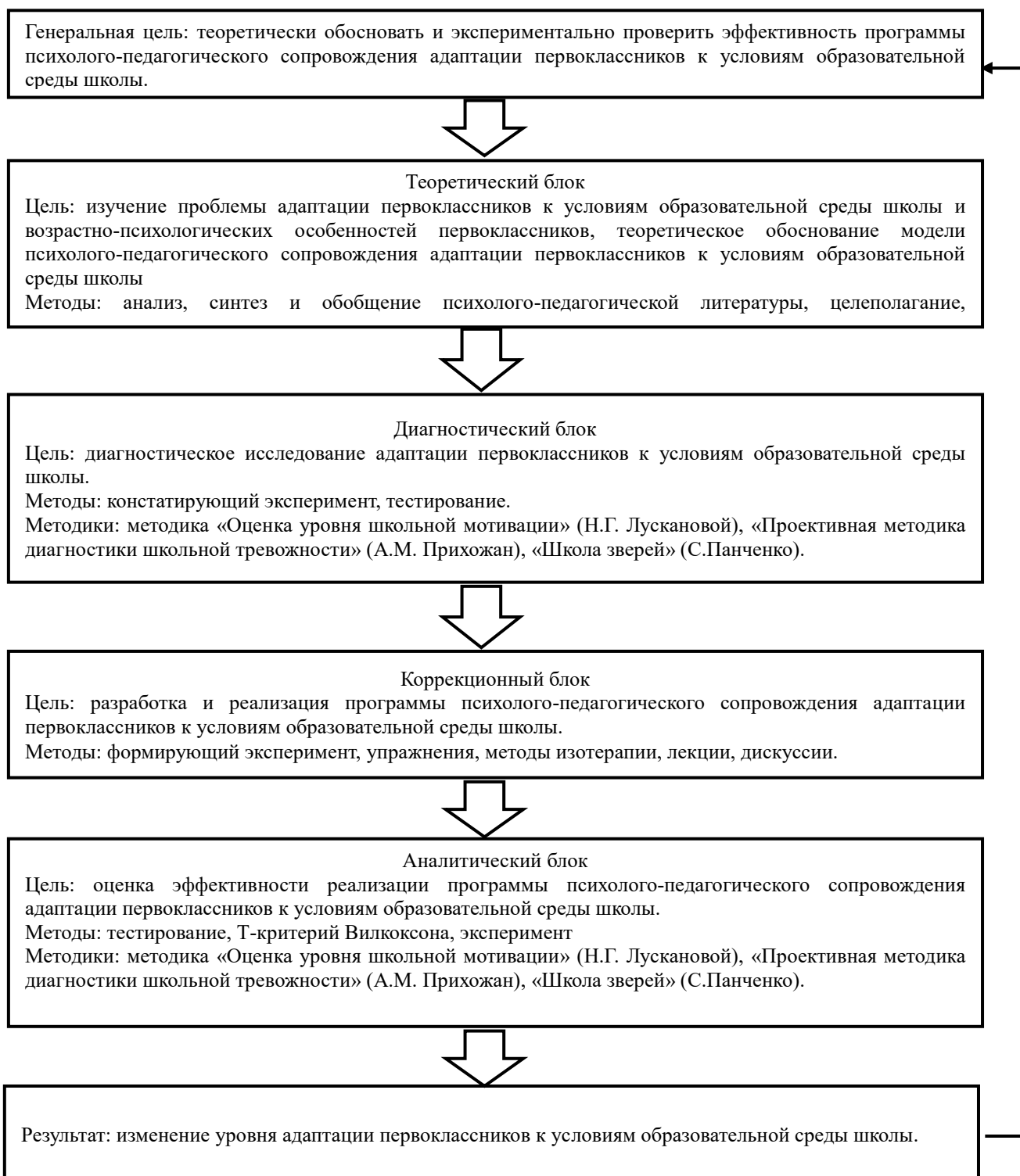


Рисунок 2 – Модель исследования психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы

Наша модель разделяется на четыре блока, направленных на достижение генеральной цели: теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

В теоретическом блоке была изучена проблема адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы и возрастно-психологические особенности первоклассников, теоретически обосновываем модель психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

В диагностическом блоке мы исследовали уровень адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы. Это позволяет нам определить необходимость разработки и реализации программы, сформировать эффективные методы и методики работы с обучающимися и обратить особое внимание на использование форм работы, изучив особенности детей.

В коррекционном блоке мы разработали программу и реализовали её на основе данных предыдущего блока, используя групповую работу, работу в парах и изотерапию.

В аналитическом блоке мы проводим проверку эффективности программы психолого-педагогического сопровождения первоклассников к условиям образовательной среды школы. Проводим методики по изучению уровня адаптации детей к школьному обучению и проводим анализ с помощью Т-критерия Вилкоксона с целью отслеживания изменений исследовательских данных до реализации программы и после.

Таким образом, мы составили модель исследования психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы, составили «дерево целей», которое позволило нам разработать эффективную программу с учётом изучения необходимой теории и исследовательских данных первоклассников.

Выводы по 1 главе

Таким образом, в психолого-педагогических исследованиях тема адаптации первоклассников к условиям школы является актуальной проблемой. Адаптация первоклассников определяется различными факторами дезадаптации, такими как стресс от новой среды, недостаток социальных навыков, необходимость приспособиться к учебному процессу и т.д. и необходимо иметь достаточный уровень готовности по компонентам психологической готовности. Также указывается важность роли педагогов и родителей в помощи детям преодолеть трудности адаптации и успешно войти в школьную жизнь. Ключевыми моментами для успешной адаптации являются поддержка, понимание и создание комфортной обстановки для первоклассников. На основе работ учёных было установлено, что для успешной адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы необходим благоприятный уровень школьной мотивации и тревожности.

Также мы обозначали основные особенности адаптации первоклассников к обучению в школе: поступление ребёнка в школу совпадает с кризисом 7 лет; ведущая деятельность с игровой переходит на учебную; появляется новый социальный статус; активное развитие познавательной, эмоционально-волевой, мотивационных сфер; переход на новый уровень коммуникативных навыков.

На основе теории мы составили графическую модель нашей программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы, составили «дерево целей», которое позволило нам разработать программу с учётом изучения необходимой теории и исследовательских данных первоклассников.

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К УСЛОВИЯМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ ШКОЛЫ

2.1 Этапы, методы и методики исследования

Исследование психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к образовательной среде проходило следующие этапы:

1. На поисково-подготовительном этапе мы определили актуальность и необходимость в современном мире психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы, сформулировали и обосновали проблему, стоящую перед нашим исследованием, определили ее актуальность и необходимость в современном мире. При изучении психолого-педагогической литературы в первой главе мы обозначили цели, задачи, предмет, объект и гипотезу исследования. После этого мы отобрали диагностические методики, направленные на исследование адаптации первоклассников к условиям образовательной среды.

2. На опытно-экспериментальном этапе отобрали диагностические методики, направленные на исследование адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы и проведено тестирование в первом классе Муниципального общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №13» Копейского городского округа, участниками стали 16 первоклассников, оформили результаты в рисунки и таблицы и дали им интерпретацию. Охарактеризовали выборку и проанализировали условия реализации программы. Разработали и реализовали программу психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к образовательной среде.

3. На контрольно-обобщающем этапе были проведены контрольная диагностика адаптации первоклассников к образовательной среде, анализ результатов и оценка эффективности программы по психолого-педагогическому сопровождению адаптации первоклассников к образовательной среде с помощью математического метода Т-критерия Вилкоксона. На основе результатов исследования были составлены психолого-педагогические рекомендации педагогам и родителям по сопровождению адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы

Для проведения исследования были использованы следующие методы и методики:

1. Теоретические: анализ, обобщение, синтез, систематизация, целеполагание, моделирование.

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

3. Психодиагностические:

– методика «Оценка уровня школьной мотивации» (Н.Г. Лускановой);

– «Проективная методика диагностики школьной тревожности» (А.М. Прихожан);

– «Школа зверей» (С. Панченко).

4. Математико-статистические: критерий выявления направленности и выраженности изменений в уровне исследуемого признака Т-критерий Вилкоксона.

Рассмотрим каждый метод подробнее.

Анализ – теоретический метод исследования, в котором предмет исследования, рассматриваемый как система, мысленно или практически расчленяется на составные элементы (признаки, свойства, связи и т.п.) для исследования каждого из них в отдельности и выявления их роли и места в системе [5].

Виды анализа бывают: классификационный анализ (распределение свойств по группам), структурный (выявление отношений и взаимосвязи), функциональный (определение функциональных зависимостей), причинный (обозначение причинной обусловленности явлений).

Синтез – теоретический метод исследования, содержащий цель соединения отдельных частей изучаемой системы, её элементы в целую систему [6].

Эти методы переплетены между собой и могут иметь разные формы, которые зависят от того, какой объект изучается и с какой целью. Анализ и синтез используются на этапе знакомства с предметом исследования. На этой стадии изучения начинается определение отдельных частей предмета, выделение свойств, поверхностные измерения и т.д.

Обобщение – теоретический метод исследования, которые устанавливает сходные компоненты в качествах и отношениях между разными объектами [6].

Систематизация – это упорядочивание объектов по заданным критериям, признакам, их разделение на группы или сортировка [6].

Целеполагание – это осознанный процесс определения своих потребностей и мотивов, то есть постановка личных или рабочих целей [9].

Моделирование – это метод исследования объектов познания на их моделях, построение и изучение моделей реально существующих предметов и явлений с целью получения объяснений этих явлений, а также для предсказания явлений, интересующих исследователей [6].

Также для научного исследования нам необходимо использовать эмпирические методы. В нашей работе это эксперимент. Эксперименты бывают:

В нашем исследовании нами применялся констатирующий (включает изучение психологических компонентов в определённой выборке без воздействия на неё) и формирующий эксперимент (включает воздействие на выборку с целью что-то в ней изменить: развить или снизить уровень

какого-либо признака). Для проведения эксперимента мы провели тестирование по методикам.

Рассмотрим каждую из них.

Целью методики «Оценка уровня школьной мотивации» (Н.Г. Лускановой) является определение уровня школьной мотивации первоклассников. Автор выделяет несколько уровней.

Баллы за ответы высчитываются по таблице 1.1 ПРИЛОЖЕНИЯ 1.

По результатам тестирования определяется 5 уровней школьной мотивации:

1. Очень высокий уровень у детей, у которых наблюдаются высокие познавательные мотивы и стремление на отлично выполнять все требования школы и учителя. Они ответственные, добросовестные и испытывают грусть, когда получают неудовлетворительные оценки и замечания по поводу поведения.

2. Высокий уровень школьной мотивации, учебной активности. Первоклассники стремятся к успешному выполнению заданий и требований.

3. Средний уровень отмечается положительным отношением к школе, но школа привлекает больше внеучебными сторонами. Первоклассники не чувствуют дискомфорт в школе. Их мотивирует само ощущение состояния ученика: портфель, форма, учебные принадлежности.

4. Низкий уровень предполагает низкую школьную мотивацию. У первоклассников отсутствует желание ходить в школу. На уроках часто отвлекаются и испытывают затруднение при учебном процессе.

5. Очень низкий уровень. Школа воспринимается как что-то плохое и злое. Могут проявлять агрессивность и протест на выполнение требований учителя.

Анкета состоит из 10 вопросов, которые отражают отношение обучающихся первого класса к образовательной среде и внутренние переживания от новой среды. По мнению автора методики ученик,

который замотивирован в активном выполнении требований учителя и желании показать себя с лучшей стороны, проявляет активность в изучении новой информации.

Особенностью анкеты являются различные формы её проведения: индивидуальная и групповая. Также её можно использовать как в печатном виде (все вопросы и ответы на них прописаны изначально), так и в виде формы вопрос-ответ (вопросы и ответы озвучиваются экспериментатором вслух, дети прописывают наиболее подходящий для них ответ).

В случае проведения исследования в виде первого варианта повышается вероятность лжи со стороны учащихся, так как вопросы напрямую исходят от взрослого. Во втором варианте проведения этот критерий значительно снижен, но присутствует трудности из-за плохого навыка чтения в первом классе.

При проведении тестирования мы просили послушать вопрос и 3 варианта ответа и отметить наиболее подходящий для ученика.

«Проективная методика диагностики школьной тревожности» (А.М. Прихожан) предназначена для диагностики школьной тревожности у первоклассников. Стимульный материал состоит из двух наборов (для мальчиков и для девочек по 12 рисунков). Проводится только в индивидуальной форме.

Первое задание является тренировочным для оценки усвоения инструкции ребёнком. Далее ребёнок по очереди комментирует каждую картинку по очереди, рассказывая о выражении лица на ученике на картинке и аргументируя такой выбор. Картинки №2, №3, №5, №6 и №10 требуют дополнительной инструкции по выбору 1 персонажа. Во время проведения диагностики необходимо учитывать возрастные и психические особенности ребёнка и при надобности проводить перерывы.

При обработке результатов учитываются картинки 2-11, так как 1 является тренировочной, а 12 предназначена для позитивного завершения

диагностики. Если ребёнок даёт отрицательный ответ, то анализ результатов нужно рассматривать отдельно.

Уровень тревожности определяется по «неблагополучным» ответам, такие как: грусть, печаль, злость. Исходя из этого мы определяем 3 уровня тревожности:

Высокий уровень: 7-10 «неблагополучных» ответов.

Средний уровень: 3-6 «неблагополучных» ответов.

Низкий уровень: 1-2 «неблагополучных» ответа.

Методика «Школа зверей» (С. Панченко) способствует выявлению школьных трудностей у ребёнка, их причины и способы коррекции. Методика позволяет ребёнку максимально раскрыться, так как нет жёстких требований, а во время проведения диагностики создаются условия свободы и доброжелательности.

Методика позволяет выявить школьные неврозы, их причины и эффективные способы их коррекции. Благодаря доброй атмосфере, отсутствию оценок и жёстких требований позволяют чувствовать первокласснику свободу выражения. Также для обучающихся первого класса рисование интересно и привычно. Интерпретация рисунков позволяет узнать о трудностях, с которыми сталкивается ребёнок в школе, его причины. Также методику можно проводить и в более старшем возрасте для анализа трудностей в школе, особенностях общения со сверстниками и учителями.

В нашем исследовании методика проводилась в групповой форме работы. Для проведения необходимы бумага и цветные карандаши.

Во время проведения мы рассказали предысторию будущей темы рисунка и просили закрыть глаза и представить поляну. Спросили, кого видят дети и просят изобразить из в виде рисунка.

Рисунки интерпретируются по следующим показателям: где находится рисунок относительно листа, как прорисовал ребёнок контуры фигур, как сильно нажимал на карандаш, наличие мелких деталей, как

герои на рисунке «общаются» друг с другом, как обучающийся обрисовал учебный процесс и цветовая гамма всего рисунка.

Методика собирает в себе следующие критерии: уровень самооценки, уровень тревожности, как чувствует себя ребёнок в окружении, уровень любознательности, особенности коммуникативных отношений, наличие школьной мотивации, эмоциональное состояние первоклассника. Положительные «ответы» оцениваются в 1 балл. Из этого выходит: высокий уровень адаптации – 6-7 баллов; средний уровень адаптации – 4-5 баллов; низкий уровень адаптации – 1-3 балла.

Также в нашем исследовании мы использовали непараметрический статистический метод Т-критерий Вилкоксона, который направлена на проверку различий между 2 выборками парных или независимых измерений по уровню какого-либо количественного признака. Для его использования необходимо учитывать, число участников должно составлять не менее 5 человек.

Таким образом, наше исследование проводилось в 3 этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный и контрольно-обобщающий. На них мы определили актуальность исследования, сформулировали проблему психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы, обозначили цель, задачи, предмет, объект и гипотезу исследования, отобрали диагностические методики, тестирование на выборке и оформили результаты в рисунки. Далее нами была охарактеризована выборка, в которой находились 16 обучающихся. Из них 31,25 % (5 человек) мальчики и 68,75 % (11 человек) девочки. На основе результатов нами была составлена программа психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы. После её реализации мы провели контрольную диагностику и сравнительный математический анализ с целью изучения эффективности проведённой нами программы. На основе результатов мы составили

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

Для исследования нашей проблемы мы применили анализ, синтез, обобщение и систематизацию. Это позволило нам изучить проблему и особенности адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы. С помощью целеполагания и моделирования мы составили «дерево целей» и модель исследования психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

Методики позволили нам изучить уровень адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы и отследить изменения при реализации программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы. Метод Т-критерия Вилкоксона позволил нам сравнить результаты до и после реализации программы и определить её эффективность.

2.2 Характеристика выборки и анализ результатов исследования

В нашем исследовании мы изучали адаптацию первоклассников к условиям образовательной среды школы у 16 первоклассников, обучающихся в МОУ «СОШ №13 г. Копейска. 37,5 % (6 человек) шестилетнего возраста и 62,5 % (10 человек) семилетнего возраста. Из них 31,25 % (5 человек) мальчики и 68,75 % (11 человек) девочки.

По сведениям педагога-психолога в классе есть 11 детей, у которых полные семьи (68,75 %), 4 семьи, где отсутствует 1 из родителей (25 %) и один ребёнок из детского дома (6,25 %). Также у 8 детей есть братья/сёстры (50 %) и у 8 детей являются единственным ребёнком в семье (50 %).

Во время исследования в классе наблюдалась благоприятная обстановка без конфликтов между сверстниками и педагогом-психологом. Также дети разделились на микрогруппы в основном с детьми такого же пола. Класс не посещали дети с особым статусом (ОВЗ, инвалидность и т.д.). Во время выполнения методик большинство дети проявили интерес и активность к их прохождению и выполнению заданий. Во время знакомства все ответили на наши вопросы. По сведениям педагога-психолога класс активно выполняет задания, которые он им даёт и в случае каких-либо затруднений обучающиеся готовы помочь своим одноклассникам и поддержать их.

Педагог-психолог утверждает, что успеваемость в данном классе средняя, малое количество составляют дети с низкими и высокими показателями.

В данном классе есть дети, у которых возникают трудности с эмоционально-волевой сферой. Их количество составляет 2 человека (12,5 %).

1 мальчик выполняет задания без желания и без особых усилий. Другой мальчик постоянно отвлекается на своих сверстников, задирает их и мешает им выполнять задания.

Отношения с педагогом-психологом и классным руководителем у класса положительные. Дети вежливо общаются и не боятся спросить интересующие их вопросы. Работник психологической службы терпеливо отвечает на все просьбы и вопросы.

С обучающимися было проведено исследование по методике исследования уровня школьной мотивации по методике «Оценка уровня школьной мотивации» (Н.Г. Лускановой). Результаты исследования представлены на рисунке, в таблице 2.1 ПРИЛОЖЕНИЯ 2.

Очень низкий уровень школьной мотивации не наблюдается.

Низкий уровень школьной мотивации наблюдается у 25 % (4 человека) класса, что свидетельствует, что у первоклассников отсутствует

желание ходить в школу. На уроках часто наблюдаются частые затруднения при учебном процессе.

Средний уровень школьной мотивации наблюдается у 56,25 % (9 человек) класса, что свидетельствует, что у детей преобладает положительное отношение к школе, но школа привлекает больше внеучебными сторонами. Первоклассники не чувствуют дискомфорт в школе. Их мотивирует само ощущение состояния ученика: портфель, форма, учебные принадлежности.

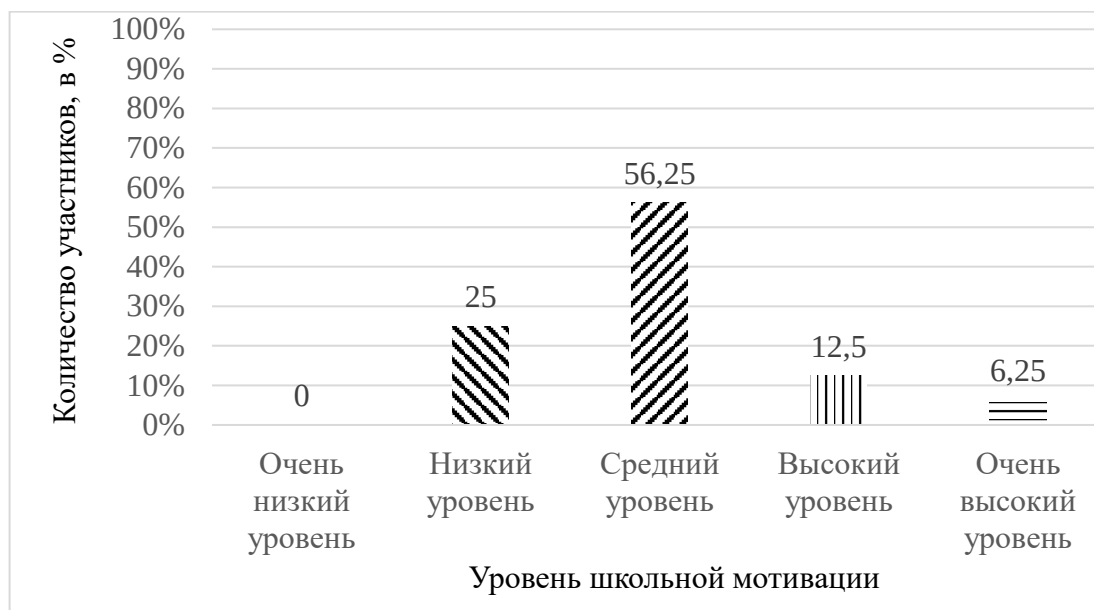


Рисунок 3 – Результаты диагностики уровня школьной мотивации первоклассников к условиям образовательной среды школы по методике «Оценка уровня школьной мотивации» Н.Г. Лускановой

Высокий уровень школьной мотивации наблюдается у 12,5 % (2 человека) класса, что свидетельствует, что первоклассники стремятся к успешному выполнению заданий и требований.

Очень высокий уровень школьной мотивации наблюдается у 6,25 % (1 человек) класса, что свидетельствует, что у первоклассников наблюдаются высокие познавательные мотивы и стремление на отлично выполнять все требования школы и учителя. Они ответственные, добросовестные и испытывают грусть, когда получают неудовлетворительные оценки и замечания по поводу поведения.

Исходя из последующих результатов, мы можем обозначить, что в классе большинство обучающихся склонны демонстрировать положительному отношению к школе и привлекает именно внеурочная деятельность образовательного учреждения. Первоклассникам нравится их социальный статус, и они готовы учиться. Также наблюдаются и те дети 25 % (4 человека), которые не хотят ходить в школу и у них возникают трудности с учебным процессом. Их больше, чем детей с высоким 12,5 % (2 человека) и очень высоким уровнем 6,25 % (1 человек) школьной мотивации.

С обучающими было проведено исследование уровня школьной тревожности по методике «Проективная методика диагностики школьной тревожности» (А.М. Прихожан). Результаты исследования представлены на рисунке 4, в таблице 2.2 ПРИЛОЖЕНИЯ 2.

Низкий уровень школьной тревожности наблюдается у 68,75 % (11 человек) класса, что свидетельствует, что первоклассники комфортно чувствуют себя в школе, в общении со сверстниками и учителями. Они не испытывают стресс во время учебных занятий.

Средний уровень школьной тревожности наблюдается у 6,25 % (1 человек) класса, что свидетельствует, что первоклассники не испытывают стресс во время нахождения в школе.

Высокий уровень школьной тревожности наблюдается у 25 % (4 человека) класса, что свидетельствует, что первоклассники боятся ходить в школу и испытывают негативные чувства к учебным занятиям и общению со сверстниками и учителями.

Исходя из результатов мы можем обозначить, что в основном классе обучающиеся спокойно и уверенно чувствуют себя в классе. Готовы к новым знакомствам и коммуникации со сверстниками и педагогом. Во время учебных занятий они чувствуют себя комфортно и свободны к освоению школьного материала. Также количество детей с высоким уровнем тревожности 25 % (4 человека) преобладает над средним.

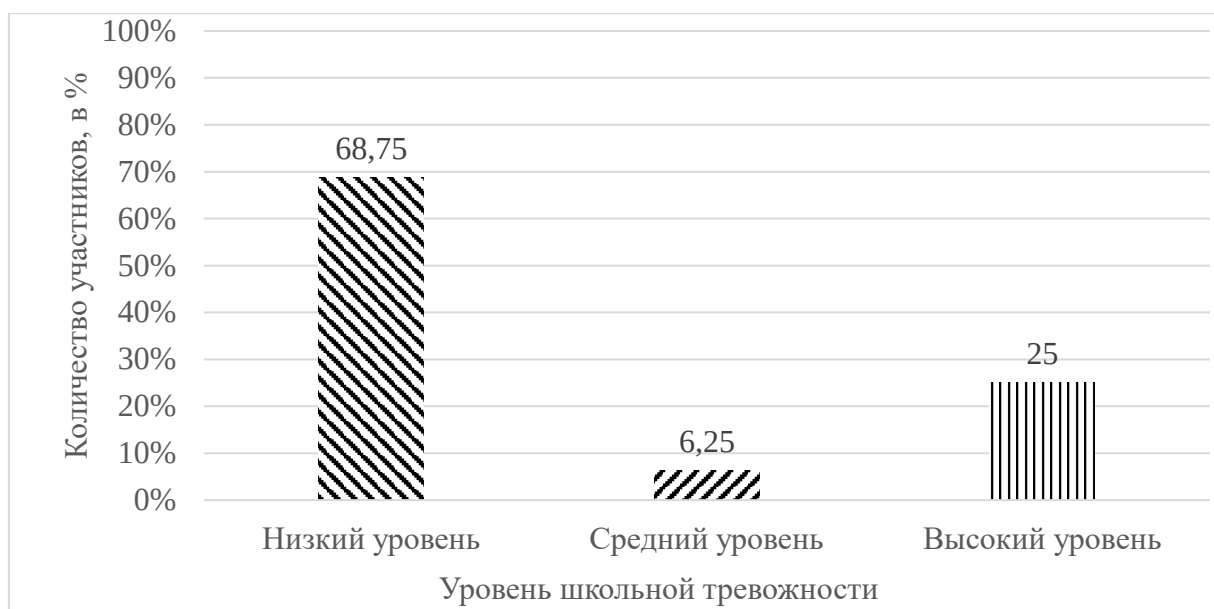


Рисунок 4 – Результаты диагностики уровня школьной тревожности первоклассников к условиям образовательной среды школы по «Проективной методике диагностики школьной тревожности»
А.М. Прихожан

Исходя из результатов мы можем обозначить, что в основном классе обучающиеся спокойно и уверенно чувствуют себя в классе. Готовы к новым знакомствам и коммуникации со сверстниками и педагогом. Во время учебных занятий они чувствуют себя комфортно и свободны к освоению школьного материала. Также количество детей с высоким уровнем тревожности (4 человека) преобладает над средним.

С обучающимися было проведено исследование уровня адаптации первоклассников по методике «Школа зверей» С. Панченко. Результаты исследования представлены на рисунке 5, в таблице 2.3 ПРИЛОЖЕНИЯ 2.

Низкий уровень адаптации наблюдается у 25 % (4 человека) класса, что свидетельствует, что первоклассники испытывают сильные трудности в школе.

Средний уровень адаптации наблюдается у 50 % (8 человек) класса, что свидетельствует, что первоклассники хорошо относятся к школе, хорошо общаются со сверстниками и успешно усваивают школьный материал.

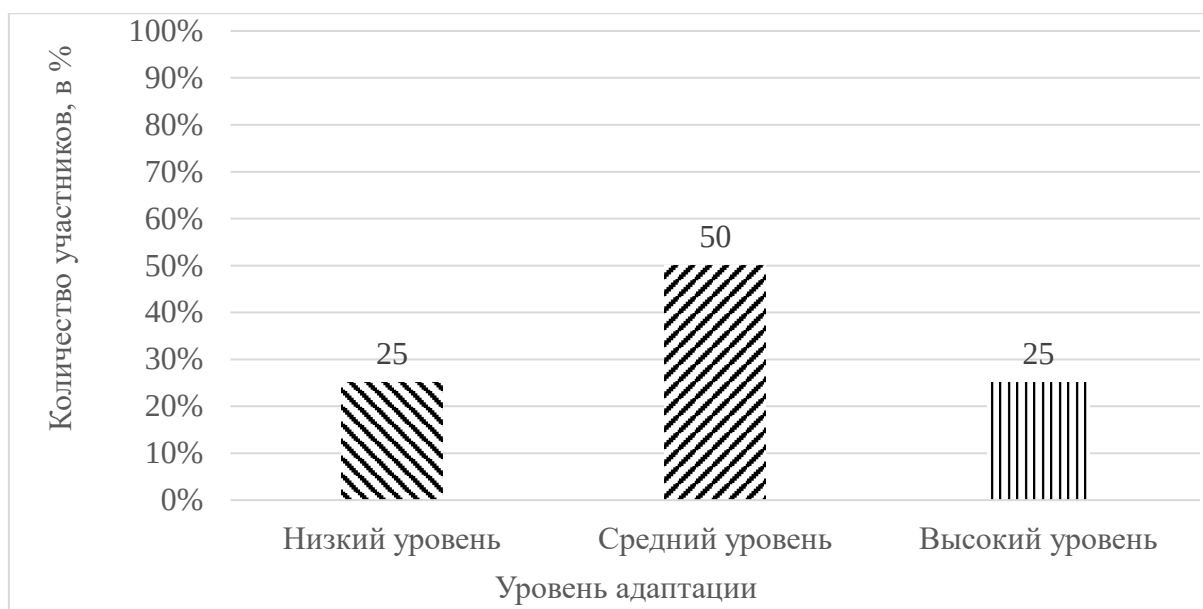


Рисунок 5 – Результаты диагностики уровня адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы по методике «Школа зверей»
С. Панченко

Высокий уровень адаптации наблюдается у 25 % (4 человека) класса, что свидетельствует, что первоклассники комфортно чувствуют себя в школе, стремятся успешно выполнить все требования и задания учителя и проявляют все свои навыки и стремятся к высоким достижениям.

Исходя из результатов, мы можем обозначить, что большинство обучающихся адаптированы к условиям образовательной среды школы. Они свободно чувствуют себя на уроках, проявляют инициативу на учебных занятиях и хорошо усваивают учебный материал. Но всё же прослеживаются первоклассники, которые имеют низкий уровень адаптации (4 человека), и они испытывают трудности в школе.

Таким образом, мы изучили уровень школьной мотивации и тревожности, и адаптацию первоклассников к условиям образовательной среды школы.

Исходя из результатов исследования уровня школьной мотивации, мы можем обозначить, что в классе большинство обучающихся демонстрируют положительное отношение к школе и привлекает именно внеурочная деятельность образовательного учреждения. Первokлассникам

нравится их социальный статус, и они готовы учиться. Также наблюдаются и те дети 25 % (4 человека), которые не хотят ходить в школу и у них возникают трудности с учебным процессом. Их больше, чем детей с высоким 12,5 % (2 человека) и очень высоким уровнем 6, 25 % (1 человек) школьной мотивации.

Исходя из результатов исследования уровня школьной тревожности мы можем обозначить, что в основном классе обучающиеся спокойно и уверенно чувствуют себя в классе. Готовы к новым знакомствам и коммуникации со сверстниками и педагогом. Во время учебных занятий они чувствуют себя комфортно и свободны к освоению школьного материала. Также количество детей с высоким уровнем тревожности 25 % (4 человека) преобладает над средним.

Исходя из результатов исследования уровня адаптации мы можем обозначить, что большинство обучающихся адаптированы к условиям образовательной среды школы. Они свободно чувствуют себя на уроках, проявляют инициативу на учебных занятиях и хорошо усваивают учебный материал. Но всё же прослеживаются первоклассники, которые имеют низкий уровень адаптации 25 % (4 человека), и они испытывают трудности в школе.

Выводы по 2 главе

Таким образом, наше исследование проводилось в 3 этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный и контрольно-обобщающий. На них мы определили актуальность исследования, сформулировали проблему психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы, обозначили цель, задачи, предмет, объект и гипотезу исследования, отобрали диагностические методики, тестирование на выборке и оформили результаты в рисунки.

Для исследования нашей проблемы мы применили анализ, синтез, обобщение и систематизация. Это позволило нам изучить проблему и особенности адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы. С помощью целеполагания и моделирования мы составили «дерево целей» и модель исследования психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

Методики позволили нам изучить уровень адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы и отследить изменения при реализации программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы. Метод Т-критерия Вилкоксона дал нам возможность нам сравнить результаты до и после реализации программы и определить её эффективность.

Базой исследования является МОУ «СОШ №13» Копейского городского округа.

Далее нами была охарактеризована выборка, в которой находились 16 обучающихся. Из них 31,25 % (5 человек) мальчики и 68,75 % (11 человек) девочки. На основе результатов нами была составлена программа психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

Также в этой главе мы изучили уровень школьной мотивации и тревожности, и адаптацию первоклассников к условиям образовательной среды школы.

Исходя из результатов исследования уровня школьной мотивации, мы можем обозначить, что в классе большинство обучающихся склонны к положительному отношению к школе и привлекает именно внеурочная деятельность образовательного учреждения. Первоклассникам нравится их социальный статус, и они готовы учиться. Также наблюдаются и те дети 25 % (4 человека), которые не хотят ходить в школу и у них возникают

трудности с учебным процессом. Их больше, чем детей с высоким 12,5 % (2 человека) и очень высоким уровнем 6,25 % (1 человек) школьной мотивации.

Исходя из результатов исследования уровня школьной тревожности мы можем обозначить, что в основном классе обучающиеся спокойно и уверенно чувствуют себя в классе. Готовы к новым знакомствам и коммуникации со сверстниками и педагогом. Во время учебных занятий они чувствуют себя комфортно и свободны к освоению школьного материала. Также количество детей с высоким уровнем тревожности 25 % (4 человека) преобладает над средним.

Исходя из результатов исследования уровня адаптации мы можем обозначить, что большинство обучающихся адаптированы к условиям образовательной среды школы. Они свободно чувствуют себя на уроках, проявляют инициативу на учебных занятиях и хорошо усваивают учебный материал. Но всё же прослеживаются первоклассники, которые имеют низкий уровень адаптации 25 % (4 человека), и они испытывают трудности в школе.

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

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

Разработанная нами программа направлена на снижение уровня школьной тревожности, повышение уровня школьной мотивации и повышение уровня адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

Цель программы: оказать психолого-педагогическое сопровождение первоклассников на этапе адаптации к условиям образовательной среды школы.

Задачи программы:

1. Создать условия для осознания первоклассником позиции школьника.
2. Создать условия для развития коммуникативных навыков обучающихся: сотрудничество, эффективное взаимодействие с одноклассниками и педагогом.
3. Коррекция негативных чувств школьника: обучить распознавать и описывать свои чувства, коррекция негативных установок.

Во время разработки и реализации программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы мы придерживались следующих принципов, чтобы достичь нашу цель:

1. Принцип индивидуализации предполагает учет возраста, уровня общего состояния ребенка.

2. Принцип систематичности и последовательности, заключается в непрерывности, регулярности, планомерности процесса, в котором реализуются задачи коррекционной работы.

3. Принцип единства коррекции и диагностики, который означает, что эффективность коррекционной работы зависит от комплексности, тщательности и глубины предшествующей диагностической работы.

4. Принцип комплексности методов психологического воздействия предполагает использование различных методов для более эффективного достижения цели программы.

5. Принцип активного привлечения ближайшего социального окружения к участию в коррекционной программе – работа с педагогами, родителями, классом в целом.

6. Принцип наглядности – демонстрация упражнений, этюдов, моделированных ситуаций, игр, подтверждает объяснение и помогает ребенку правильно выполнить.

7. Принцип оздоровительной направленности обеспечивает оптимизацию двигательной активности детей, укрепление психологического здоровья, совершенствование физиологических и психологических функций организма.

Программа состоит из 14 занятий по 20-40 минут с детьми, 1 встречи с педагогами первых классов и 1 встречи с родителями первоклассников.

Используемые методы: упражнения, методы изотерапии, лекции, дискуссии.

Краткое содержание программы представлено ниже. Подробное содержание программы представлено в ПРИЛОЖЕНИИ 3.

Краткое содержание программы прописано в таблице 3.1 ПРИЛОЖЕНИЯ 3. В нашу программу из 16 встреч входили следующие:

Занятие 1 «Давайте познакомимся».

Цель: создание атмосферы психологического комфорта в классе. Снятие напряженности. Знакомство первоклассников с учителем, психологом и друг с другом.

Задачи:

1. Познакомиться с обучающимися.
2. Снять напряжённость в классе.
3. Создать благоприятную среду в классе.

Упражнения:

1. Упражнение «Здравствуй». Цель: знакомство, вовлечение всех участников группы в работу.
2. Упражнение «Эстафета хорошего настроения». Цель: создание благоприятной атмосферы в классе.
3. Упражнение «Дракон, кусающий свой хвост». Цель: снятие напряжения, скованности.
4. Упражнение «Мой смешной портрет». Цель: знакомство, вовлечение в работу.
5. Упражнение «Рисуем настроение». Цель: отражение эмоционального состояния учащихся на конец занятия.
6. Упражнение «Спасибо за прекрасный день». Цель: развитие качества умение благодарить и выражать дружеские чувства.

Занятие 2 «Ура я школьник».

Цель: создать условия для осознания детьми статуса школьника.

Задачи:

1. Создать благоприятную эмоциональную атмосферу.
2. Определить эмоциональное состояние учащихся.
3. Создать условия для определения школьниками разницы между дошкольником и школьником.

Упражнения:

1. Упражнение «Меня зовут... Я люблю себя за то, что...». Цель: восстановление в памяти имен участников группы и создание рабочей атмосферы.

2. Упражнение «На что похоже настроение». Цель: определение эмоционального состояния учащихся.

3. Упражнение «Что значит быть школьником». Цель: осознания статуса школьника.

4. Упражнение «Я – дошкольник, я – школьник». Цель: осознание различий в позициях «дошкольник» и «школьник»

5. Упражнение «Рисуем настроение». Цель: отражение эмоционального состояния учащихся на конец занятия.

6. Упражнение «Спасибо за прекрасный день». развитие качества умение благодарить и выражать дружеские чувства.

Занятие 3 «Правила школьной жизни».

Цель: знакомство первоклассников с правилами школьной жизни.

Задачи:

1. Содействовать развитию навыкам сотрудничества, доверительного отношения друг к другу, сплотить классный коллектив.

2. Способствовать развитию навыка выражать дружеские чувства.

Упражнения:

1. Упражнение «Ролевая гимнастика». Цель: разогреть группу для дальнейшей работы.

2. Упражнение «Лесные жители». Цель: рассказать учащимся о нормах и правилах в школе.

3. Упражнение «Рисуем настроение». Цель: отслеживание внутреннего состояния детей.

Занятие 5 «Зачем ходить в школу».

Цель: создание условий для осознания детьми своего нового статуса.

Задачи:

1. Способствовать осознанию детьми своего нового статуса.

2. Создать условия для понимания детьми о школьных правилах и целях.

Упражнения:

1. Упражнение «Поздороваться ушами». Цель: поздороваться с обучающимися, настроить на работу.

2. Упражнение «Самый лучший первоклассник». Цель: осознание своего нового статуса.

3. Упражнение «Для чего ходят в школу». Цель: осознание детьми для чего нужна школа.

4. Упражнение «Спасибо за прекрасный день». Цель: подведение итогов занятия.

Занятие 6 «Мой друг школьный портфель».

Цель: научить детей порядку, аккуратности, бережному отношению к учебникам и другим школьным вещам.

Задачи:

1. Познакомить первоклассников со школьными принадлежностями.

2. Способствовать развитию памяти, закрепление знаний о школьных предметах.

Упражнения:

1. Упражнение «Ветер дует на...». Цель: знакомство первоклассников с привычками друг друга.

2. Упражнение «Что мне нужно в школе». Цель: знакомство со школьными принадлежностями.

3. Беседа с детьми (Сказка М.А. Панфиловой «Собирание портфеля»). Цель: рассказать для чего необходимы школьные принадлежности.

4. Упражнение «Я положу в свой портфель». Цель: развитие памяти, закрепление знаний о школьных предметах

5. Упражнение «Четвертый лишний». Цель: закрепить знание детей о том, что должно лежать в портфеле.

6. Упражнение «Рисуем настроение». Цель: узнать о внутренних ощущениях ребёнка на конец занятия.

Занятие 7 «Наш класс – это все мы!».

Цель: Сплочение коллектива, формирование у учащихся дружеского отношения друг к другу как к целостной группе – «класс».

Задачи:

1. Способствовать развитию чувства привязанности, возникновению ощущения групповой сплоченности и самоутверждению.

2. Способствовать развитию взаимодействия между членами группы, дать возможность каждому ребенку представить себя другим детям, сплачивает группу.

Упражнения:

1. Упражнение «Ласковое имя». Цель: создание благоприятной эмоциональной атмосферы.

2. Упражнение «Гусеница». Цель: создать условия для выстраивания доверия в классе.

3. Упражнение «Портрет школьника». Цель: закрепление полученных знаний на предыдущих занятиях

4. Упражнение «Тропинка». Цель: создание тёплой атмосферы между детьми и развитие моторной координации.

5. Упражнение «Наш класс – это все мы». Цель: формирование у учащихся отношения друг к другу как к целостной группе – “класс”, снятие напряженности, страхов, боязни школы.

7. Упражнение «Спасибо за прекрасный день». Цель: развитие качества умение благодарить и выражать дружеские чувства.

Занятие 9 «Настроение в школе».

Цель: снизить уровень тревожности у первоклассников.

Задачи:

1. Повысить у первоклассников уверенность в себе и своих возможностях.

2. Познакомить учащихся с эмоциями.

Упражнения:

1. Упражнение «Дождик». Цель: настроить детей на работу.
2. Упражнение «Угадай настроение». Цель: научить детей распознавать настроение людей.

3. Упражнение «Изобрази настроение». Цель: закрепление знаний об эмоциях.

4. Упражнение «Хрустальное путешествие». Цель: снять напряжение в классе.

5. Упражнение «Спасибо за прекрасный день». Цель: развитие качества умение благодарить и выражать дружеские чувства. Это так же дружеский ритуал завершения занятия.

Занятие 10 «Что такое грусть».

Цель: способствовать развитию умения экологично проявлять свои чувства и эмоции.

Задачи:

1. Установить взаимоотношения в группе.
2. Способствовать адаптации к групповым нормам.

Упражнения:

1. Упражнение «Эмоции». Цель: способствовать развитию эмпатии.

2. Упражнение «Грустный рисунок». Цель: создать условия для выражения первоклассниками своих чувств.

3. Упражнение «Необычное рисование». Цель: развитие критического мышления.

Занятие 11 «Что такое радость».

Цель: создать условия для выражения положительных эмоций (радости), расширение сферы получения положительных эмоций путем обсуждения и обмена опытом.

Задачи:

1. Способствовать развитию самоконтроля.
2. Способствовать развитию умения выражать положительные эмоции.

Упражнения:

1. Упражнение «Фотографии». Цель: развитие эмпатии у обучающихся.
2. Упражнение «Рисунок радостного человека». Цель: развитие эмоционального интеллекта у первоклассников.
3. Упражнение «Красивый рисунок». Цель: создать условия для групповой работы с помощью обмена опытом о проявлении эмоции «радость».

Занятие 12 «Что такое страх».

Цель: создать условия для осознания детьми их страхов и способов их преодоления.

Задачи:

1. Создать условия для определения страхов детей.
2. Способствовать развитию управления своими страхами.

Упражнения:

1. Упражнение «Страхи». Цель: способствовать пониманию причин страхов обучающихся.
2. Упражнение «Нарисуй свой страх». Цель: создать условия для осознания первоклассниками своих страхов.
3. Упражнение «Обезвреживание страха». Цель: создать условия для осознания первоклассниками способов управления своими страхами

Занятие 13 «Удивление».

Цель: рассказать об эмоции «удивление» и почему оно возникает.

Задачи:

1. Создать условия для развития отношения партнёрства и сотрудничества в классе.
2. Способствовать обогащению сенсорного опыта и развитию зрительного восприятия.
3. Способствовать развитию познавательному интереса и умения наблюдать.

Упражнения:

1. Упражнение «Космический корабль». Цель: настроить обучающихся на работу.
2. Упражнение «Звёздное небо». Цель: стимуляция детей на контроль своих импульсов.
3. Упражнение «Новая планета и её жители». Цель: развитие критического мышления, акцентирование внимание на эмоции удивления.
4. Упражнение «Карта звёздного неба». Цель: создать условия для развития групповой работы и сотрудничества.

Занятие 14 «Что такое злость».

Цель: содействие осознанию негативных эмоций (злость), демонстрация выражения отрицательных эмоций в творчестве путем применения изобразительных средств.

Задачи:

1. Познакомить детей с эмоцией «злость», научить распознавать её по телесным и мимическим проявлениям.
2. Способствовать развитию умения выражения своих эмоций в символической, образной форме, в частности чувства гнева.

Упражнения:

1. Упражнение «Злость». Цель: познакомить детей с эмоцией «злость».
2. Упражнение «Злые линии». Цель: познакомить детей со способами проявления злости.

3. Упражнение «Злые и радостные рисунки». Цель: содействовать развитию уровня эмоционального интеллекта.

4. Упражнение «Нарисуй злость». Цель: вызвать у ребёнка положительное чувство собственного потенциала.

Занятие 15 «Мой портрет».

Цель: закрепление положительных изменений, возникших в групповой работе у детей, а также осмысление детьми того опыта, который они приобрели в группе.

Задачи:

1. Способствовать развитию воображения и способности определять эмоции по изображениям.

2. Способствовать формированию позитивных жизненных целей и развитие мотивации к их достижению.

Упражнения:

1. Упражнение «Автопортрет в кругу». Цель: диагностика изменений, произошедших с ребенком в процессе изотерапии.

2. Упражнение «Нарисуй цветок». Цель: способствовать развитию саморефлексии у детей и отметить достижения каждого ребёнка.

3. Упражнение «Моя мечта». Цель: создать условия для проявления положительных чувств у детей на конец занятия.

Занятие 16 «Первоклассник – это здорово».

Цель: закрепление позитивного эмоционального отношения к школе и обучению.

Задачи:

1. Способствовать созданию позитивного эмоционального отношения к школе и обучению.

Упражнения:

1. Упражнение «Свеча». Цель: приветствие, сплочение коллектива.

2. Упражнение «Волшебная подушка для первоклассника». Цель: поднятие самооценки с помощью выражения своих изменений.

3. Упражнение «Остров первоклассников». Цель: создание позитивного эмоционального отношения к школе и обучению.

4. Упражнение «Прекрасный сад». Цель: выражение первоклассниками своих мыслей и чувства, понять свою уникальность.

5. Упражнение «Огонь». Цель: снятие напряжения, выражения настроения.

6. Упражнение «Лучи солнца». Цель: сплочение группы с помощью пожелания одноклассникам хороших пожеланий.

7. Упражнение «Полет бабочки». Цель: релаксации, эмоциональная диагностика.

8. Упражнение «Тепло наших сердец». Цель: завершающее упражнение на саморефлексию.

Занятие с педагогами на тему «У меня первый класс – что делать?».

Цель: просвещение об особенностях и причинах дезадаптации у первоклассников.

Задачи:

1. Актуализировать знаний особенностях первоклассников, о возможных трудностях в период адаптации к условиям образовательной среды.

2. Познакомить педагогов с методами работы с первоклассниками, испытывающие трудности в адаптации условиям образовательной среды.

Занятие включает:

1. Лекция на тему «Адаптация у первоклассников» с сопровождением мультимедийной презентацией.

2. Дискуссия на тему «Как помочь ребёнку адаптироваться в школе»

3. Раздача буклетов с психолого-педагогическими рекомендациями сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

Занятие с родителями на тему «Мой ребёнок – первоклассник, что делать?».

Цель: повысить психолого-педагогическую культуру родителей на тему трудностей первоклассников в период адаптации (особенности, пути решения).

Задачи:

1. Актуализировать знания родителей об особенностях первоклассников, о возможных трудностях в период адаптации к условиям образовательной среды.

2. Познакомить родителей с методами работы с детьми, испытывающие трудности в адаптации к условиям образовательной среды.

Занятие включает:

1. Лекция на тему «Адаптация у первоклассников» с сопровождением мультимедийной презентацией.

2. Дискуссия на тему «Как помочь ребёнку адаптироваться в школе»

3. Раздача буклетов с психолого-педагогическими рекомендациями сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

Таким образом, наша программа, направленная на снижение уровня школьной тревожности, повышения уровня школьной мотивации и повышения уровня адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы. Чтобы достичь нашу цель, мы разбили программу на задачи: создать условия для осознания первоклассником позиции школьника; создать условия для развития коммуникативных навыков обучающихся: сотрудничество, эффективное взаимодействие с одноклассниками и педагогом; создать условия для коррекции негативных

чувств школьника: обучить распознавать и описывать свои чувства, коррекция негативных установок.

Также, чтобы программа была эффективной, мы руководствовались следующими принципами: принцип индивидуализации, принцип систематичности и последовательности, принцип единства коррекции и диагностики, принцип комплексности методов психологического воздействия, принцип активного привлечения социального окружения к участию в коррекционной программе, принцип наглядности, принцип оздоровительной направленности. Наша программа состоит из 14 занятий по 20-40 минут с детьми, 1 встречи с педагогами первых классов и 1 встречи с родителями первоклассников. Используются следующие методы: упражнения, методы изотерапии, лекции, дискуссии.

3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования

С целью оценки эффективности нашей программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы мы провели повторную диагностику, используя следующие методики:

- методика «Оценка уровня школьной мотивации» (Н.Г. Лускановой);
- «Проективная методика диагностики школьной тревожности» (А.М. Прихожан);
- методика «Школа зверей» (С.Панченко).

Базой исследования выступило Муниципальное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №13» Копейского городского округа, первый класс численностью 16 детей.

На рисунке 6 и в таблице 4.1 ПРИЛОЖЕНИЯ 4 представлены сравнительные результаты уровня школьной мотивации до и после

программы по методике «Оценка уровня школьной мотивации»
Н.Г. Лускановой.

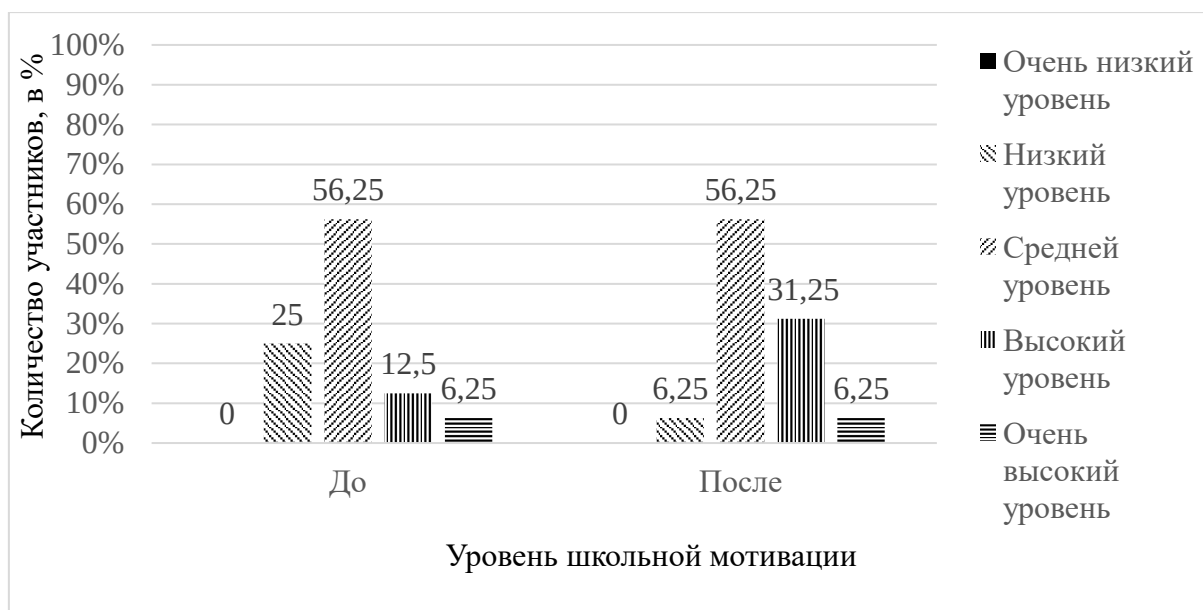


Рисунок 6 – Результаты диагностики уровня школьной мотивации первоклассников по методике «Оценка уровня школьной мотивации» Н.Г. Лускановой до и после реализации программы

По рисунку 6 мы можем определить, что низкий уровень школьной мотивации снизился с 25 % (4 человека) до 6,25 % (1 человек) класса, что говорит нам о том, что дети начали испытывать положительные эмоции по отношению к школе и их начала завлекать внеучебная деятельность. Сама роль школьника им нравится тем, что они испытывают внутреннюю взрослость.

Также, судя по рисунку мы можем отследить, что средний уровень школьной мотивации класса не изменился 56,25 % (9 человек), но произошли изменения в их участниках, так как есть обучающиеся, которые перешли с низкого на средний уровень и со среднего на высокий.

Высокий уровень изменился с 12,5 % (2 человека) до 31,25 % (5 человек) класса. Это свидетельствует о том, что первоклассники начали стремиться к успешному выполнению заданий и требований, выполнять все задания педагога в полной мере и пытаться проявлять все свои амбиции и достижения.

Очень высокий уровень школьной мотивации не изменился 6,25 % (1 человек) класса.

На рисунке 7 и в таблице 4.2, ПРИЛОЖЕНИЯ 4 представлены сравнительные результаты уровня школьной тревожности до и после программы по «Проективной методике диагностики школьной тревожности» А.М. Прихожан.

На рисунке 7 мы можем отследить повышение низкого уровня школьной тревожности с 68,75 % (11 человек) до 75 % (12 человек) класса. Это означает, что 1 обучающийся теперь не испытывает стресс во время учебных занятий и комфортно себя чувствует и в классе, и во время нахождения в школе.

Средний уровень адаптации повысился с 6,25 % (1 человек) до 25 % (4 человека) класса. Из этого мы можем утверждать, что первоклассники стали положительно относиться к школе, без внутренних ограничений общаться с педагогом и одноклассниками и перестали испытывать стресс во время учебных занятий.

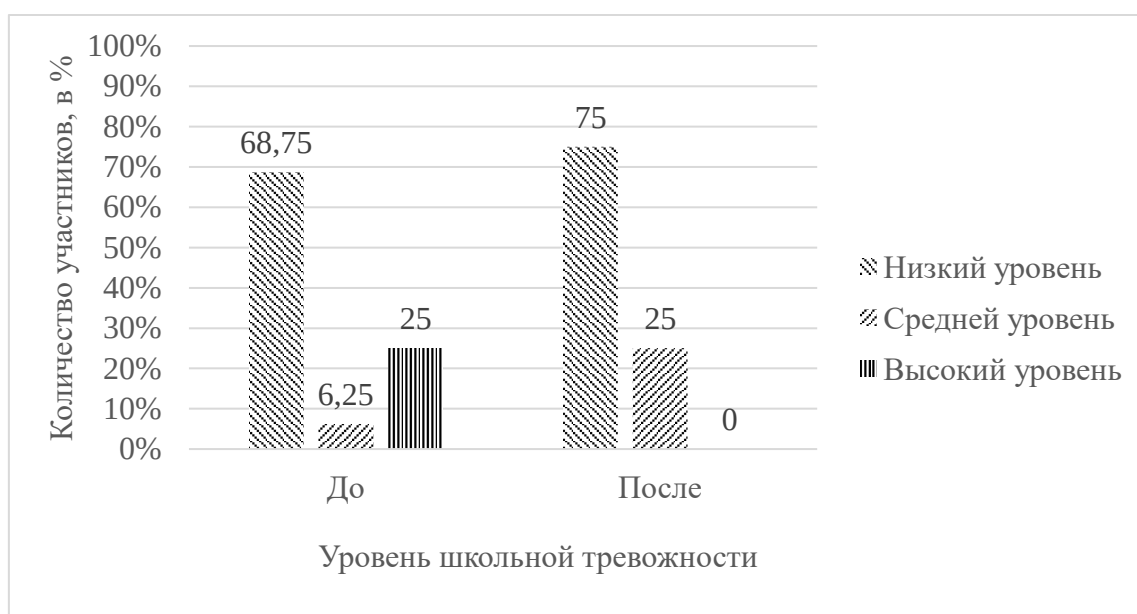


Рисунок 7 – Результаты диагностики уровня школьной тревожности первоклассников по «Проективной методике диагностики школьной тревожности» А.М. Прихожан до и после реализации программы

Низкий уровень адаптации снизился с 25 % (4 человека) до 0 % (0 человек) класса. Из этого мы можем сделать вывод о том, что в классе теперь не наблюдаются обучающиеся, которые боятся ходить в школу и испытывают негативные чувства к учебным занятиям и общению со сверстниками и учителями.

На рисунке 8 и в таблице 4.3 ПРИЛОЖЕНИЯ 4 представлены сравнительные результаты уровня адаптации до и после программы по методике «Школа зверей».

Исходя из рисунка 8, мы можем отследить, что низкий уровень адаптации снизился с 25 % (4 человека) до 6,25 % (1 человек) класса, из этого мы можем сделать вывод, что 18,75 % (3 человека) перестали испытывать сильные трудности при адаптации к условиям образовательной среды школы.

Средний уровень опустился с 50 % (8 человек) до 37,5 % (6 человек), но при этом высокий уровень вырос с 25 % (4 человека) до 56,25 % (9 человек). Из этого мы можем сделать вывод, что первоклассники стали комфортно чувствовать себя в школе, стремиться успешно выполнить все требования и задания учителя и проявлять все свои навыки и стремиться к высоким достижениям.

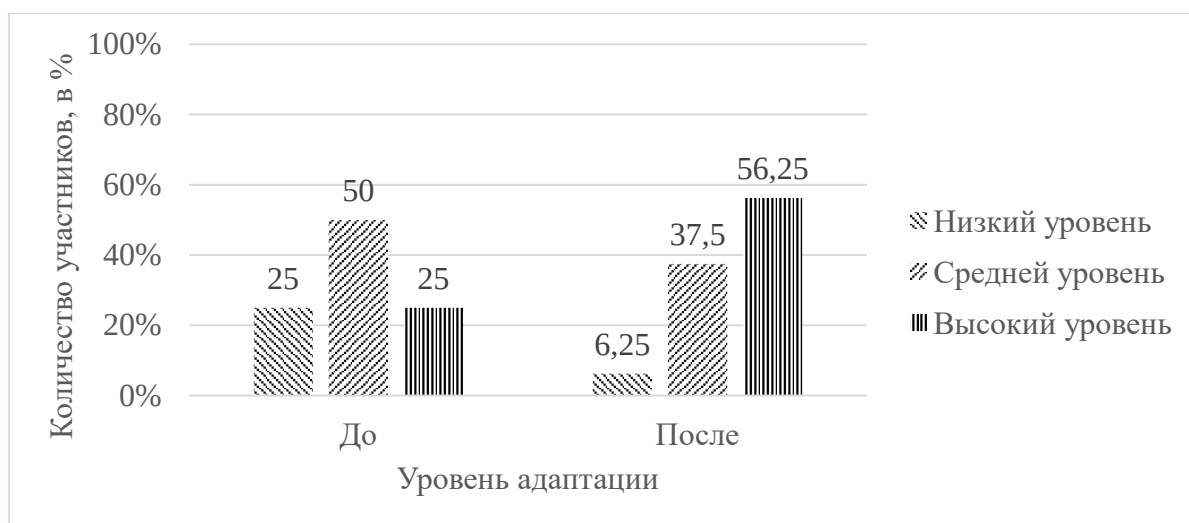


Рисунок 8 – Результаты диагностики уровня адаптации первоклассников по методике «Школа зверей» С. Панченко до и после реализации программы

Для проверки гипотезы исследования была проведена математическая обработка по Т-критерию Вилкоксона для данных опросника методики «Оценка уровня школьной мотивации» (Н.Г. Лускановой). Расчёты представлены в таблице 4.4 ПРИЛОЖЕНИЯ 4

Были сформулированы гипотезы:

H_0 : Интенсивность сдвигов в направлении повышения уровня школьной мотивации не превышает интенсивность сдвигов в сторону понижения

H_1 : Интенсивность сдвигов в направлении повышения уровня школьной мотивации превышает интенсивность сдвигов в сторону понижения.

Строим соответствующую ось значимости для сравнения расчетного значения T_s и полученных табличных значений T_s кр.

На рисунке 9 мы видим, что значение $T_{эмп} < T_{кр}$, поэтому H_0 отвергается, принимаем H_1 . Интенсивность сдвигов в направлении повышения уровня школьной мотивации превышает интенсивность сдвигов в сторону понижения.

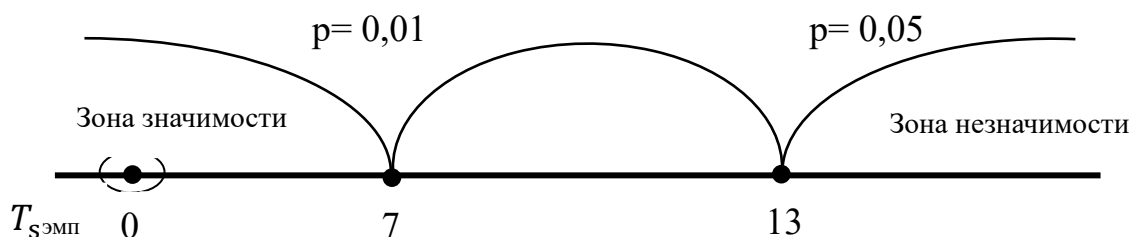


Рисунок 9 – Ось значимости Т-критерия Вилкоксона по методике «Оценка школьной мотивации» Н.Г. Лускановой

$T_{эмп}$ находится в зоне значимости, H_0 отвергается. Интенсивность сдвигов в направлении повышения уровня школьной мотивации превышает интенсивность сдвигов в сторону понижения. Это означает, что сдвиг в «типичную» сторону по интенсивности достоверно преобладает.

Далее была проведена математическая обработка по Т-критерию Вилкоксона по «Проективной методике диагностики школьной тревожности» А.М. Прихожан в таблице 10 ПРИЛОЖЕНИЯ 4.

Были сформулированы следующие гипотезы:

H_0 : Интенсивность сдвигов в направлении снижения уровня школьной тревожности не превышает интенсивность сдвигов в сторону повышения.

H_1 : Интенсивность сдвигов в направлении снижения уровня школьной тревожности превышает интенсивность сдвигов в сторону повышения.

$T_{\text{эмп}} > T_{\text{кр}}$. H_1 отвергается, принимаем H_0 . Интенсивность сдвигов в направлении снижения уровня школьной тревожности не превышает интенсивность сдвигов в сторону повышения. Изменения показателей уровня школьной тревожности статистически незначима.

Далее была проведена математическая обработка по Т-критерию Вилкоксона для данных диагностики по методике «Школа зверей» (С. Панченко) данные приведены в таблице 4.6 ПРИЛОЖЕНИЯ 4

Были сформулированы гипотезы:

H_0 : Интенсивность сдвигов в направлении повышения уровня адаптации не превышает интенсивность сдвигов в сторону понижения.

H_1 : Интенсивность сдвигов в направлении повышения уровня адаптации превышает интенсивность сдвигов в сторону понижения.

Строим соответствующую ось значимости для сравнения расчетного значения T_s и полученных табличных значений T_s кр.

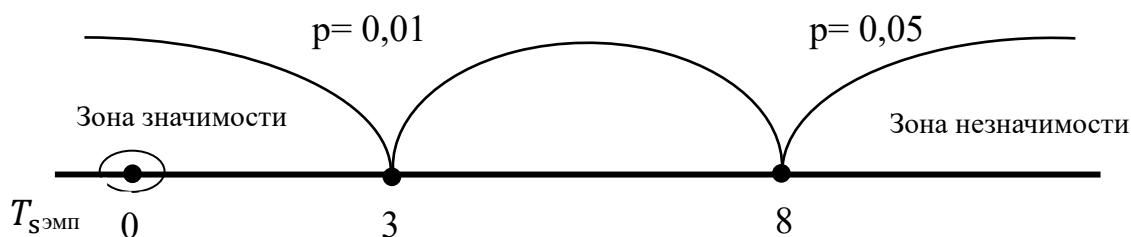


Рисунок 10 – Ось значимости для расчета критерия Т-критерия Вилкоксона по методике «Школа зверей» С. Панченко

$T_{\text{эмп}} < T_{\text{кр}}$, полученное $T_{\text{эмп}}$ находится в зоне значимости, H_0 отвергается. Интенсивность сдвигов в направлении повышения уровня адаптации не превышает интенсивность сдвигов в сторону понижения. Это

означает, что сдвиг в «типичную» сторону по интенсивности достоверно преобладает. Это значит, показатели уровня адаптации изменились после проведения психолого-педагогической программы.

Таким образом, исходя из рисунков мы можем определить, что изменения после реализации уровень школьной мотивации были следующие: очень низкий уровень не наблюдается; низкий уровень снизился с 25 % (4 человека) до 6,25 % (1 человек) класса, что говорит нам о том, что дети начали испытывать положительные эмоции по отношению; средний уровень не изменился 56,25 % (9 человек), но произошли изменения в их участниках, так как есть обучающиеся, которые перешли с низкого на средний уровень и со среднего на высокий; высокий уровень изменился с 12,5 % (2 человека) до 31,25 % (5 человек) класса, что означает то, что первоклассники начали стремиться к успешному выполнению заданий и требований, выполнять все задания педагога в полной мере и пытаться проявлять все свои амбиции и достижения; очень высокий уровень школьной мотивации не изменился 6,25 % (1 человек) класса.

Уровень школьной тревожности изменился так: низкий уровень школьной повысился с 68,75 % (11 человек) до 75 % (12 человек) класса, что говорит нам о том, что 1 обучающийся теперь не испытывает стресс во время учебных занятий и комфортно себя чувствует и в классе, и во время нахождения в школе; средний уровень повысился с 6,25 % (1 человек) до 25 % (4 человека) класса, что свидетельствует о том, что первоклассники стали положительно относиться к школе, без внутренних ограничений общаться с педагогом и одноклассниками и перестали испытывать стресс во время учебных занятий; низкий уровень снизился с 25 % (4 человека) до 0 % (0 человек) класса, что означает, что в классе теперь не наблюдаются обучающиеся, которые боятся ходить в школу и испытывают негативные чувства к учебным занятиям и общению со сверстниками и учителями.

В уровне адаптации к школе наблюдаются следующие изменения: низкий уровень адаптации снизился с 25 % (4 человека) до 6,25 % (1

человек) класса, из этого мы можем сделать вывод, что 18,75 % (3 человека) перестали испытывать трудности при адаптации к условиям образовательной среды школы; средний уровень опустился с 50 % (8 человек) до 37,5 % (6 человек), но при этом высокий уровень вырос с 25 % (4 человека) до 56,25 % (9 человек). Из этого мы можем сделать вывод, что первоклассники стали комфортно чувствовать себя в школе, стремиться успешно выполнить все требования и задания учителя и проявлять все свои навыки и стремиться к высоким достижениям.

Исходя из результатов математического анализа с помощью Т-критерия Вилкоксона мы можем сделать выводы о том, что изменения после реализации программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы вышли следующими: интенсивность сдвигов в направлении повышения уровня школьной мотивации превышает интенсивность сдвигов в сторону понижения; изменения показателей школьной тревожности статистически незначимы; интенсивность сдвигов в направлении повышения уровня адаптации не превышает интенсивность сдвигов в сторону понижения. Данные расчёты частично подтверждают нашу гипотезу о том, что уровень адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы изменится при реализации программы психолого-педагогического сопровождения.

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

Условия образовательной среды школы являются особое пространство, где начинаются развиваться социализация и формирование личности первоклассника. Обучающийся начинает свою учебную деятельность, которая требует адаптации к новой среде.

В это время у первоклассников меняется круг их общения – новые одноклассники, с которыми необходимо выстраивать и развивать навыки общения, сотрудничества и разрешения конфликтов. Также появляется новый взрослый – учитель, который формирует у детей уважение к взрослым; также он становится для первоклассников наставником, который ведёт их в мир знаний и школьных правил. При адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы семья играет важную роль. Их помощь и поддержка сопровождают ребёнка к успеху в школьной среде.

Также стоит учитывать, что у первоклассников сменяется вид деятельности с игровой на учебную. Дети начинают знакомиться со счётом, чтением и письмом. Но при этом игровая деятельность всё же остаётся с обучающимися. Это помогает детям взаимодействовать друг с другом и развивать творческие способности. Игры могут применяться как во время уроков, так и во время перемен [46].

Таким образом, условия образовательной среды школы является сложным пространством, где проявляются социальные взаимодействия и виды деятельности.

Процесс адаптации имеет некоторые факторы, которые могут повлиять на успешность адаптации первоклассника:

1. Адаптация ребёнка к новому режиму дня, новой деятельности и к физическим и интеллектуальным нагрузкам: возраст, в котором пошёл в школу; посещение детского сада; сформированность многофункциональных систем организма; изменения в семье.
2. Адаптация ребёнка к новым социальным отношениям: личностно-смысловые отношения; стиль общения ребёнка с семьёй.
3. Адаптация к познавательной деятельности зависит от уровня развития ребёнка: интеллектуальное развитие; овладение умение и навыками учебной деятельности; творческие и коммуникативные способности [36].

Для первоклассников поступление в школу считается важным периодом жизни. У многих могут проявляться трудности: нарушение сна, аппетита, здоровья; низкий уровень концентрации, из-за чего они легко возбудимы, эмоциональны; у них отсутствует самодисциплина и быстро утомляются.

Педагогу и родителям необходимо обращать внимание на проявления, которые дают предпосылки для школьной дезадаптации:

- ребёнок не приспособился в коллективе сверстников. Не принял новую роль ученика;
- не способен коммуницировать с учителем и одноклассниками;
- сильно переживает из-за неудач и трудностей;
- у ребёнка низкая самооценка;
- не самодисциплинирован и не самостоятельный. Ищет внешние причины [58].

В работе педагога важно составлять эффективный годовой план для периода адаптации первоклассников к условиям школы. В него необходимо составить план диагностики изучения уровня адаптации в начале и в конце года для изучения динамики, составлять коррекционно-развивающие и профилактические занятия по повышению уровня адаптации к обучению у детей [31]. Важно чередовать учебную деятельность и отдых. В первый половине учебного года есть 2 периода обучения, а во второй три (дополнительные каникулы в феврале).

Коллектив педагогов занимается созданием психолого-педагогических условий для успешной адаптации первоклассников к условиям школы. Для этого необходимо:

1. Организовать школьный распорядок для детей, только поступивших в школу:
 - 1.1. Учебный год у первоклассников длится 33 недели.
 - 1.2. Уроки проходят в первой половине дня не позже 08:00.

- 1.3. В неделю уроки проходят 5 дней (не более 21 часа).
- 1.4. Обучение у первоклассников имеет «ступенчатый» характер (постепенное увеличение количества уроков в течение года).
- 1.5. Перемены не менее 10 минут, большая перемена длится не менее 20 минут (организация завтрака).
- 1.6. Уроки, которым нужно большое умственное напряжения проводятся первыми (математика, русский язык); окружающий мир, рисование и т.д. необходимо проводить в середине дня; уроки с участием двигательного компонента проводятся последними.
- 1.7. Дополнительные занятия с отстающими не проводятся.
- 1.8. Безоценочная шкала.
- 1.9. Отсутствие домашних заданий и контрольных.
- 1.10. Рассадка первоклассников производится исключительно по индивидуальным особенностям (зрение, слух, поведение и т.д.) и предпочтениям родителям.

2. Организовывать оздоровительно-профилактических мероприятий в течение года:

2.1. Медико-педагогическая диагностика состояния здоровья первоклассников:

- осмотр детей окулистом, педиатром, хирургом, отоларингологом, неврологом в начале учебного года;
- наблюдение за состоянием здоровья ребёнка в течение года, поиск причин частых заболеваний и проведение коррекционных и профилактических мероприятий;
- наблюдений за динамикой речевого развития.

2.2. Профилактическая работа по предупреждению заболеваний:

- совместное сопровождение с медицинским работником оздоровительных процедур;

- соблюдение санитарно-гигиенических навыков (уборка класса, регулярное мытьё рук и т.д.).

2.3. Максимальное обеспечение двигательной активности детей:

- проведение физкультминуток на каждом уроке,
- после двух уроков проходит динамическая пауза в виде обеденного перерыва,

- проведение подвижных игр на переменах,
- прогулки в группе продлённого дня,
- организовать участие в спортивных мероприятиях,
- информирование о спортивных кружках.

2.4. Организация рационального питания первоклассников:

- назначение ответственного за организацию горячего питания,
- соблюдение требований СанПиН,
- все дети питаются горячим питанием в школе.

2.5. Проведение логопедической и психологической помощи первоклассникам (оценка необходимых компонентов для успешной адаптации к условиям образовательной среды школы, индивидуальные и групповые коррекционные занятия, консультирование родителей по возникшим трудностям ребёнка, регулярная оценка изменений в течение года, реализации программ по коррекции дезадаптации первоклассников).

2.6. Использование в учебном процессе здоровьесберегающих образовательных технологий (правильное расположение мебели, регулярное проветривание помещений, использование игра для обучения, вовлечение в проектную деятельность, проведение физминуток и спортивных упражнений).

3. Организовывать учебно-познавательную деятельность для первоклассников.

4. Организовывать внеурочный занятия и мероприятия (для воспитательной и просветительской деятельности и коррекционных работ).

5. Взаимодействовать с первоклассниками, их родителями и т.д. (для наблюдения динамики адаптации, составления эффективных рекомендаций с учётом индивидуальных особенностей и т.д.).

Для педагогов важно отслеживать индивидуальные особенности ребёнка с помощью наблюдения и диагностики. Первый класс трудный период для него и все дети проявляют это по-разному. У многих первоклассников ещё несформированная школьная дисциплина (быстрое утомление, не могут организовать деятельность без внимания взрослых). У детей разный уровень интеллектуального, речевого развития. Определяются следующие формы индивидуальной работы:

- подготовка заданий разного уровня сложности;
- организация занятий, направленных на специализированные упражнения на развитие психических функций (внимание, кратковременная и долговременная память, логическое и креативное мышление, эмпатия, воображение, социальные навыки, самостоятельность) и формирование коллектива;
- использование дополнительных материалов для эффективного развития первоклассников [33].

Во время адаптации ребёнка к школе необходимо не только заниматься и следить за поведением ребёнка, но и с родителями, так как они проводят с ними большую часть времени и занимаются воспитанием. С родителями можно проводить следующие мероприятия:

- консультации для родителей для решения вопросов об адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы,
- проводить родительские собрания раз в триместр для просвещения родителей о динамике уровня адаптации детей и консультаций с ними для коррекции и профилактики адаптации обучающихся к школе,

– проводить совместную деятельность педагогов, родителей и психолога для эффективной коррекции и профилактики дезадаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы [66].

Авторы ФГОС предлагают проводить диагностику с помощью отслеживания учителем, родителями и педагогом-психологом динамики адаптационного периода первоклассников. Целью является обнаружение возможностей детей для эффективной учебной деятельности и предпосылок для трудностей в обучении в школе.

Также важно проводить психодиагностические методики для отслеживания предпосылок дезадаптации первоклассников, которые позволяют изучить педагогу-психологу:

- уровень психофизиологической зрелости первоклассников;
- особенности мотивационной сферы;
- уровень развития интеллектуального, речевого и личностно-познавательного компонентов [22].

Также педагогу необходимо осуществлять диагностику первоклассников предметной готовности ребёнка к обучению в школе. Она проводится в начале года. Педагог может сам подбирать количество и форму заданий, и их проведение: каждый день по 5-10 минут на 2 или 3 уроке или организовывать специальные диагностические встречи. Результаты необходимо получить уже к концу октября, иначе учитель упустит возможность «корректировки» учебного процесса.

Р.В. Овчарова сформировала карту-характеристику первоклассника, по которой можно определить педагогу-психологу успешность или неуспешность адаптации ребёнка к школьному обучению [Цит. по: 31]. Она определяет:

1. Психологическую и социальную готовность к школе (мотивация, коммуникация, поведение и т.д.).
2. Развитие школьных психофизиологических функций (координация, мышцы, слух и т.д.).

3. Развитие познавательной деятельности (кругозор, речь, самостоятельность и т.д.).

4. Состояние здоровья.

Метод применяется в следующие этапы:

1. Проводится наблюдение в первый месяц обучению с целью определить особенности в поведении первоклассника на уроках и переменах.

2. Проводится обследование с целью установления умственного развития и степени сформированности мотивов к учению.

3. Проводится итоговая обработка данных и составляются индивидуальные заключения, которые выступают основой для определения детей, находящихся в зоне риска и составляются рекомендации для педагогов и родителей.

4. Проводится ознакомление с результатами с родителями и педагогами во время педагогических и родительских собраний.

5. Составляются программы работы с детьми, направленных на коррекцию дезадаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

6. Проводится реализации программ.

7. Проводится повторная диагностика.

8. Проводится анализ динамики развития ребёнка и устанавливается эффективность реализации выработанных рекомендаций и программ.

Карта помогает регулировать деятельность педагогов и педагогов-психологов для структурированной работы с первоклассниками, только что поступивших в школу.

Педагогу-психологу важно оценить уровень школьной адаптации по следующим блокам:

- уровень интеллектуального развития,
- уровень эмоционального развития,

– уровень развития коммуникативных навыков [70].

Также необходимо соблюдать следующие этапы для организации занятия:

1. Необходимо, чтобы дети понимали цель занятия. Это даст полное понимание первоклассников о том, что им важно узнать или сделать и поддерживает их инициативность.

2. Педагогу необходимо держаться плана и учитывать возрастных и индивидуальных особенностей детей. Это даст более эффективное занятие, если поддерживать тот уровень развития и возможностей первоклассников, который они могут осилить.

3. Необходимо учитывать настрой детей на занятие и повысить их мотивацию интересным и игровым материалом. Это поможет лучше усвоить младшими школьниками материал занятия.

4. Необходимо давать детям «самим» вести урок и не возвышаться над ними. Это значит, что нужно быть поддерживающим с ними, и чтобы занятие проводилось с учётом индивидуальных и возрастных особенностей первоклассников.

5. Одной из задач учителя считается коммуницировать с детьми, организовывать активность участников. Он может задать уточняющий вопрос, помочь поставить задачу и т.д.

6. В конце урока необходимо провести рефлексию, где учащиеся расскажут достигались ли цели и задачи занятия. Педагог может задать вопрос «Что нового вы сегодня узнали?», что покажет об эффективности урока [45].

Не только в школе необходимо придерживаться правил при организации учебной деятельности педагогами, но и дома важно поддерживать комфортную обстановку при начале обучения в школе.

Для этого важно применять игровые приёмы, так как игровая деятельность ребёнка ещё не закончилась, поэтому необходимо при процессе овладения навыками самообслуживания во время игры.

Например, «Покорми куклу», «Покажи голову, глаза, уши». Также можно познакомить первоклассников таким произведениям как «Мойдодыр», «Федорино горе» и т.д.

Можно использовать детальный рассказ каждого действия родителя. Это способствует детальному осознанию последовательности движений и их действия, развивает саморегуляцию и целеполагание обучающегося [28].

Следует выстроить систему поощрений для ребёнка в виде конфеты или желаемой деятельности ученика. Это выстраивает у ребёнка положительное отношение к просьбам взрослого, а получение похвалы поднимает его самооценку и укрепляет уверенность в своих действиях при выполнении просьб. Также для этого можно использовать пример взрослых для закрепления навыков, например, постирать вещи, помыть посуду и т.д.

Также важно поддерживать стремление первоклассника стать школьником. Это можно выражать своей заинтересованностью в школьных занятиях и делах. Обращайте внимание на его достижения и создавайте ситуацию успеха, где вы сможете с гордостью похвалить его за успешной выполнение той или иной просьбы. Также важно отслеживать переживаемые трудности, если они возникают и не беспокойтесь обращаться за помощью к школьным специалистам – они смогут продиагностировать ребёнка, выявить причины и устранить проблему. У ребёнка могут возникнуть трудности при усваивании материала, поэтому важно дать первокласснику понять, что совершать ошибки – это нормально и что нужно потратить больше усилий для выполнения задач, чтобы он смог справляться со школьной программой. Это повысит в ребёнке значимость его нового статуса и деятельности [59].

Сверяйтесь с ребёнком о новых правилах и нормах в школе. Объясните их важность и необходимость, а также обустройте рабочее место ребёнка и распорядок дня, чтобы ему было комфортнее в школе. Так

вы сможете обозначить для ребёнка целесообразность соблюдения дисциплины в школе.

Важно дать ребёнку адаптироваться сначала в одной среде, поэтому не стоит отдавать ребёнка в один год и в первый класс, и в секции. Ребёнок испытывать сильный стресс, поэтому если у ребёнка не будет оставаться времени на прогулки, отдых и общение со сверстниками, то могут начаться предпосылки невроза. Если присутствует необходимость в посещении дополнительных занятиях, то стоит ребёнка отправить или за год до обучения, или во втором классе [11].

Таким образом, мы описали важность психолого-педагогического сопровождения для успешной адаптации первоклассников к условиям школы. Из этого можно выделить следующие факторы: первоклассником необходимо особое внимание и поддержка при переходе из детского сада в школу, так как в это время он может испытывать стресс и вызывать тревогу; психолого-педагогическое сопровождение способствует созданию благоприятной атмосферы для адаптации, учитывая индивидуальные и возрастные особенности каждого ребёнка; важная роль отводится родителям и педагогам первоклассников в создании комфортных условий; психолого-педагогическое сопровождение включает в себя многие факторы (личностная, интеллектуальная, мотивационная готовность и т.д.).

Выводы по 3 главе

Таким образом, наша программа, направленная на снижение уровня школьной тревожности, повышения уровня школьной мотивации и повышения уровня адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы. Чтобы достичь нашу цель, мы разбили программу на задачи: создать условия для осознания первоклассником позиции школьника; создать условия для развития коммуникативных навыков обучающихся: сотрудничество, эффективное взаимодействие с одноклассниками и педагогом; создать условия для коррекции негативных

чувств школьника: обучить распознавать и описывать свои чувства, коррекция негативных установок.

Также, чтобы программа была эффективной, мы обращали внимание на использование следующих принципов: принцип индивидуализации, принцип систематичности и последовательности, принцип единства коррекции и диагностики, принцип комплексности методов психологического воздействия, принцип активного привлечения социального окружения к участию в коррекционной программе, принцип наглядности, принцип оздоровительной направленности. Наша программа состоит из 14 занятий по 20-40 минут с детьми, 1 встречи с педагогами первых классов и 1 встречи с родителями первоклассников. Используются следующие методы: упражнения, методы изотерапии, лекции, дискуссии.

Таким образом, исходя из рисунков мы можем определить, что изменения после реализации программы уровень школьной мотивации были следующие по методике «Оценка школьной мотивации» Н.Г. Лускановой: очень низкий уровень не наблюдается; низкий уровень снизился с 25 % (4 человека) до 6,25 % (1 человек) класса, что говорит нам о том, что дети начали испытывать положительные эмоции по отношению; средний уровень не изменился 56,25 % (9 человек), но произошли изменения в их участниках, так как есть обучающиеся, которые перешли с низкого на средний уровень и со среднего на высокий; высокий уровень изменился с 12,5 % (2 человека) до 31,25 % (5 человек) класса, что означает то, что первоклассники начали стремиться к успешному выполнению заданий и требований, выполнять все задания педагога в полной мере и пытаться проявлять все свои амбиции и достижения; очень высокий уровень школьной мотивации не изменился 6,25 % (1 человек) класса.

Уровень школьной тревожности по «Проективной методике диагностики школьной тревожности» А.М. Прихожан изменился так: низкий уровень школьной повысился с 68,75 % (11 человек) до 75 % (12 человек) класса, что говорит нам о том, что 1 обучающийся теперь не

испытывает стресс во время учебных занятий и комфортно себя чувствует и в классе, и во время нахождения в школе; средний уровень повысился с 6,25 % (1 человек) до 25 % (4 человека) класса, что свидетельствует о том, что первоклассники стали положительно относиться к школе, без внутренних ограничений общаться с педагогом и одноклассниками и перестали испытывать стресс во время учебных занятий; низкий уровень снизился с 25 % (4 человека) до 0 % (0 человек) класса, что означает, что в классе теперь не наблюдаются обучающиеся, которые боятся ходить в школу и испытывают негативные чувства к учебным занятиям и общению со сверстниками и учителями.

В уровне адаптации к школе по методике «Школа зверей» наблюдаются следующие изменения: низкий уровень адаптации снизился с 25 % (4 человека) до 6,25 % (1 человек) класса, из этого мы можем сделать вывод, что 18,75 % (3 человека) перестали испытывать сильные трудности при адаптации к условиям образовательной среды школы; средний уровень опустился с 50 % (8 человек) до 37,5 % (6 человек), но при этом высокий уровень вырос с 25 % (4 человека) до 56,25 % (9 человек). Из этого мы можем сделать вывод, что первоклассники стали комфортно чувствовать себя в школе, стремиться успешно выполнить все требования и задания учителя и проявлять все свои навыки и стремиться к высоким достижениям.

Исходя из результатов математического анализа с помощью Т-критерия Вилкоксона мы можем сделать выводы о том, что изменения после реализации программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы вышли следующими: интенсивность сдвигов в направлении повышения уровня школьной мотивации превышает интенсивность сдвигов в сторону понижения; изменения показателей школьной тревожности статистически незначимы; интенсивность сдвигов в направлении повышения уровня адаптации не превышает интенсивность сдвигов в сторону понижения.

Данные расчёты частично подтверждают нашу гипотезу о том, что уровень адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы изменится при реализации программы психолого-педагогического сопровождения.

Таким образом, мы описали важность психолого-педагогического сопровождения для успешной адаптации первоклассников к условиям школы. Из этого можно выделить следующие факторы: первоклассником необходимо особое внимание и поддержка при переходе из детского сада в школу, так как в это время он может испытывать стресс и вызывать тревогу; психолого-педагогическое сопровождение способствует созданию благоприятной атмосферы для адаптации, учитывая индивидуальные и возрастные особенности каждого ребёнка; важная роль отводится родителям и педагогам первоклассников в создании комфортных условий; психолого-педагогическое сопровождение включает в себя многие факторы (личностная, интеллектуальная, мотивационная готовность и т.д.).

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В нашем исследовании мы проанализировали проблему адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы, изучили особенности адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы, теоретически обосновали модель психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы, описали этапы, методы исследования и методики исследования, охарактеризовали выборку и проанализировали результаты исследования, разработали и реализовали программу психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям школы, провели анализ результатов опытно-экспериментального исследования, составили психолого-педагогические рекомендации педагогам и родителям по сопровождению адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы. Также мы изучили, что для успешной адаптации первоклассников необходим благоприятный уровень школьной мотивации и тревожности.

В психолого-педагогических исследования проблема адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы является актуальной темой. Адаптация первоклассников определяется различными факторами дезадаптации, такими как стресс от новой среды, недостаток социальных навыков, необходимость приспособиться к учебному процессу и т.д. Также указывается важность роли педагогов и родителей в помощи детям преодолеть трудности адаптации и успешно войти в школьную жизнь. Ключевыми моментами для успешной адаптации являются поддержка, понимание и создание комфортной обстановки для первоклассников.

Особенностями адаптации первоклассников к обучению в школе являются совпадение поступления ребёнка в школу с кризисом 7 лет, переход ведущей деятельности с игровой на учебную, появление нового

социального статуса, активное развитие познавательной, эмоционально-волевой, мотивационных сфер и переход на новый уровень коммуникативных навыков.

Наша исследование было направлено на изучение уровня адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы. Мы проанализировали результаты диагностик по методикам изучения уровня школьной мотивации («Оценка уровня школьной мотивации» Н.Г. Лусканова) уровня школьной тревожности («Проективная методика диагностики школьной тревожности» А.М. Прихожан) и уровня адаптации первоклассников («Школа зверей» С. Панченко). На основе результатов мы выявили необходимость поддержания и повышения уровня адаптации первоклассников и разработали программу психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

В нашем исследовании мы использовали методы, которые позволяли нам эффективно проанализировать научную литературу и разработать программу психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы для нашей выборки. Также использованы методики, которые позволили нам изучить необходимые компоненты успешной адаптации первоклассников. На основе их результатов мы разработали программу психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы.

На основе первичной диагностики адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы мы выявили, что по всем критериям обладает средний уровень, но также присутствует и низкий уровень и необходимо провести программу психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы для повышения и поддержания уровня адаптации обучающихся к школе.

Наша программа была составлена из 14 занятий с детьми по 20-40 минут и 2 встречи с родителями и педагогами первоклассников для просвещения об адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы. После реализации программы мы сравнили результаты до и после: методика «Оценка уровня школьной мотивации» Н.Г. Лускановой: низкий уровень школьной мотивации снизился с 25 % (4 человека) до 6,25 % (1 человек) класса, средний уровень школьной мотивации класса остался прежним 56,25 % (9 человек), высокий уровень школьной мотивации изменился с 12,5 % (2 человека) до 31,25 % (5 человек) класса, очень высокий уровень школьной мотивации не изменился 6,25 % (1 человек) класса; «Проективная методика диагностики школьной тревожности» А.М. Прихожан: повышение низкого уровня школьной тревожности с 68,75 % (11 человек) до 75 % (12 человек) класса, средний уровень повысился с 6,25 % (1 человек) до 25 % (4 человека) класса, низкий уровень снизился с 25 % (4 человека) до 0 % (0 человек) класса; методика «Школа зверей»: низкий уровень адаптации снизился с 25 % (4 человека) до 6,25 % (1 человек) класса, средний уровень опустился с 50 % (8 человек) до 37,5 % (6 человек), но при этом высокий уровень вырос с 25 % (4 человека) до 56,25 % (9 человек).

Сравнив результаты первичной и итоговой диагностики и используя математико-статистический метод критерий выявления направленности и выраженности изменений в уровне исследуемого признака Т-критерий Вилкоксона мы проанализировали эффективность нашей программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы. Гипотеза исследования была доказана частично из-за незначительного изменения статистических значений.

Таким образом, цель исследования достигнута, его задачи решены, гипотеза частично исследования доказана.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абдулаева С. З. Адаптация первоклассников к школьному обучению / С. З. Абдулаева // Студенческий вестник. – 2021. – №12-1 (157). – С. 23–25.
2. Аксёнова Ю. Д. Адаптация первоклассников к школе / Ю. Д. Аксёнова // Студенческий вестник. – 2021. – №10-1 (155). – С. 26–28.
3. Александров И. А. Понятие адаптации с точки зрения психологии / И. А. Александров // Молодой ученый. – 2021. – № 22 (208). – С. 283–285.
4. Алексеева А. М. Социально-психологическая адаптация и особенности интеллектуального развития детей с различными формами дизонтогенеза / А. М. Алексеева, М. Н. Ильина, О. Ю. Щелкова // Вестник Южно-Уральского государственного университета. – 2020. – № 31. – С. 64–71.
5. Алимурдова А. Ф. К. Адаптация первоклассников к обучению в общеобразовательной школе : психолого-педагогические условия повышения эффективности / А. Ф. К. Алимурдова // Вестник московского университета МВД России. – 2021. – № 5. – С. 285–293.
6. Анопкина О. В. Адаптация первоклассников к школьной среде как социально-педагогическая проблема / О. В. Анопкина // Символ науки : международный научный журнал. – 2023. – №1-2. – С. 66–68.
7. Артюхова И. С. Адаптация первоклассников к школьному обучению как современная научно-методическая проблема / И. С. Артюхова // Проблемы современного образования. – 2021. – №6. – С. 225–233.
8. Ахметшина И. А. Современные подходы и проблемы к пониманию особенностей адаптации первоклассников к школе / И. А. Ахметшина // Проблемы современного педагогического образования. – 2024. – № 85-4. – С. 51–64.

9. Баудер Г. А. Адаптация первоклассников к школе: сущность, проблемы / Г. А. Баудер, Л. И. Полунина // Наука и образование. – 2023. – Т. 6, № 1. С. 1–6.
10. Бахтина С. В. Проблемы адаптации детей к школе / С. В. Бахтина, О. В. Антонова, А. В. Розина // Наукосферы. – 2022. – №12-1. – С. 165–168.
11. Бельшева А. Н. Особенности адаптации современных первоклассников к обучению в школе / А. Н. Бельшева, Ю. Н. Смирнова // Нижегородский психологический альманах. – 2021. – №1. – С. 20–29.
12. Болдарева О. А. Содержательные компоненты готовности детей к школьному обучению / О. А. Болдарева, Г. А. Степанова // Вестник Чувашского государственного педагогического университета им. И.Я. Яковлева. – 2022. – № 4 (117). – С. 10–17.
13. Брынских М. Э. Эффективные приёмы работы педагога психолога с родителями по адаптации первоклассников к условиям школы / М. Э. Брынских // Актуальные направления трансформации традиционного образования : перспективы и новые возможности развития : мат-лы Междунар. науч.-практ. конф. – Челябинск : Арбис, 2025. – С. 73–74.
14. Булаев Д. Ю. Исследование связи адаптации и субъективной оценки самоконтроля младших школьников / Д. Ю. Булаев, Т. Н. Сахарова // Казанский педагогический журнал. – 2021. – № 3. – С. 190–195.
15. Варупаева А. А. Социально-психологическая адаптация первоклассников / А. А. Варупаева // Вопросы педагогики. – 2023. – № 7. – С. 11–14.
16. Васильченко Л. Ю. Адаптация детей к обучению в 1 классе / Л. Ю. Васильченко // Вестник науки. – Т. 3, № 11 (80). – С. 573–577.
17. Венгер Л. А. Психологические вопросы подготовки детей к обучению в школе / Л. А. Венгер. – Москва : Просвещение, 1994. – 289 с. – ISBN 5-07-002701-8.

18. Вергелес Г. И. Современные первоклассники : особенности коммуникативных умений / Г. И. Вергелес, В. А. Курилова // Герценовские чтения. Начальное образование. – 2024. – Т. 15, № 1. – С. 26–33.
19. Виноградова Н. Ф. Актуальные проблемы современного начального образования / Н. Ф. Виноградова // Начальная школа. – 2020. – № 9. – С. 3–9.
20. Власова М. В. Адаптация первоклассников / М. В. Власова // Вестник научных конференций. – 2022. – № 8-1 (84). – С. 18–20.
21. Войнов В. Б. К проблеме психофизиологической оценки успешности адаптации детей к школьным условиям / В. Б. Войнов // Мир психологии. – 2020. – № 4. – С. 134–136.
22. Воробьева Е. А. Адаптация первоклассников к школьной среде / Е. А. Воробьева, С. А. Никитина, В. Ю. Сафонова // Молодой ученый. – 2024. – № 41 (540). – С. 338–340.
23. Воскрекасенко О. А. Основные направления и содержание деятельности по педагогическому сопровождению адаптации первоклассников / О. А. Воскрекасенко // Общество : социология, психология, педагогика. – 2021. – № 9 (89). – С. 142–146.
24. Галич Т. Н. Педагогические условия адаптации первоклассников к школьному обучению / Т. Н. Галич, Л. Х. Хузина // Интернаука. – 2022. – № 18-3 (241). – С. 13–14.
25. Гладышева И. В. Сценарий родительского собрания «Мы – будущие первоклассники» / И. В. Гладышева // Дошкольная педагогика. – 2024. – № 1 (196). – С. 40–46.
26. Глущенко И. А. Методика формирования физической и психической готовности ребёнка к обучению в школе / И. А. Глущенко, С. П. Гарбузов, Н. В. Пушкина, Е. В. Бедеева // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2019. – № 10. – С. 102–106.
27. Долгова В. И. Исследование адаптации первоклассников с учетом гендерных различий / В. И. Долгова, Е. Г. Капитанец,

Н. Н. Дедышева // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 12 (202). – С. 486–492.

28. Жданова Л. А. Современные школьники : особенности адаптации и динамика здоровья / Л. А. Жданова, А. В. Шишова // Вестник ивановской медицинской академии. – 2022. – Т. 27, № 1. – С. 5–10.

29. Загребова Т. В. Возрастные аспекты развития первоклассников в контексте адаптационных механизмов / Т. В. Загребова // Молодой ученый. – 2024. – № 45 (544). – С. 85–87.

30. Измайлова Д. З. Адаптация к школе / Д. З. Измайлова // Молодой ученый. – 2025. – № 6 (557). – С. 200–203.

31. Изотова Е. Г. Взаимосвязь социально-психологической адаптации и успеваемости в младшем школьном возрасте / Е. Г. Изотова // Проблемы современного педагогического образования. – 2021. – № 71–2. С. 428–431.

32. Камакина О. Ю. Особенности социально-психологической адаптации младших школьников на ступени основного общего образования / О. Ю. Камакина // Общество : социология, психология, педагогика. – 2021. – № 10. – С. 77–82.

33. Капустина И. М. К вопросу о социально-психологической адаптации первоклассников / И. М. Капустина, С. С. Игнатович // Педагогика : история, перспективы. – 2022. – Т. 5, № 3. – С. 26–38.

34. Карцев Д. Е. Психолого-педагогическая адаптация первоклассников к школе / Д. Е. Карцев // Наукосфера. – 2024. – №3-2. – С. 171–175.

35. Козырев Л. А. Адаптация первоклассников к обучению в школе / Л. А. Козырев // Вестник научных конференций. – 2024. – №5-2 (105). – С. 74–76.

36. Комлева С. З. Адаптация первоклассника в школьной среде / С. З. Комлева // Студенческий. – 2022. – № 31-2 (201). – С. 8–10.

37. Коняхина С. В. Адаптация первоклассников к обучению в школе / С. В. Коняхина // Вопросы педагогики. – 2021. – № 12-1. – С. 178–185.
38. Коробейников И.А. Диагностика школьной дезадаптации : науч.-метод. пособие / С. А. Беличевой, И. А. Коробейникова, Г. Ф. Кумариной. – Москва : Социальное здоровье России, – 2020. – 127 с.
39. Коротаева А. И. Особенности социально-психологической адаптации школьников с разной гендерной идентичностью / А. И. Коротаева, М. Ю. Кузьмин // Педагогический имидж. – 2020. – № 4 (49). – С. 729–742.
40. Красникова Т. В. Технология психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации младших школьников / Т. В. Красникова // Проблемы современного педагогического образования. – 2020. – № 58-1. – С. 126–129.
41. Кручинин В. А. Личностный потенциал развития адаптивности младшего подростка при переходе в основную школу / В. А. Кручинин, Н. Н. Куимова, И. А. Иванова // Вестник Мининского университета. – 2020. – № 2 (15). – С. 1–12.
42. Кудаева В. С. Особенности адаптации к школе первоклассников с разным уровнем самооценки / В. С. Кудаева // Общество. – 2022. – № 3-2 (26). – С. 55–59.
43. Литвинова С. В. Успешная адаптация первоклассников к обучению в школе как следствие активного взаимодействия учителя и родителей / С. В. Литвинова // Трибуна учёного. – 2022. – № 12. – С. 236–242.
44. Лыгденова Д. С. Психологическое просвещение родителей в процессе профилактики социальной дезадаптации младших школьников / Д. С. Лыгденова // Student. – 2021. – № 7. – С. 55–62.
45. Лысенко А. Р. Психологическая адаптация первоклассников к школе / А. Р. Лысенко // Учитель. – 2016. – № 4. – С. 22–24.

46. Матюшичева М. И. Креативность и социально-психологическая адаптация в младшем школьном возрасте / М. И. Матюшичева // Научное мнение. – 2020. – № 9. – С. 76–82.
47. Матюшичева М. И. Социально-психологическая адаптация младших школьников в различных условиях обучения / М. И. Матюшичева // Проблемы современного педагогического образования. – 2018. – № 60-3. – С. 449–452.
48. Мелешкина П. А. Адаптация первоклассников в школе / П. А. Мелешкина // Вестник науки. – 2023. – Т. 4, № 2 (59). – С. 101–107.
49. Меренкова В. С. Адаптация к школе часто болеющих детей : психологические особенности / В. С. Меренкова, О. В. Арзуманян // Modern science. – 2021. – № 11-2. – С. 228–232.
50. Нуртдинова А. А. Роль психолого-педагогического консультирования родителей обучающихся в формировании конструктивного взаимодействия между субъектами образовательного процесса / А. А. Нуртдинова, В. А. Леонтьева, И. А. Скоробренко // Актуальные направления трансформации традиционного образования : перспективы и новые возможности развития : мат-лы междунар. конф. – Челябинск, 2025. – С. 269–272.
51. Ооржак Н. Ю. Адаптация первоклассников / Н. Ю. Ооржак // Директор школы. – 2021. – № 8 (261). – С. 91–95.
52. Павлова А. С. Социально-психологическая адаптация первоклассника к условиям школьной жизни / А. С. Павлова, А. В. Миронова // Проблемы современного педагогического образования. – 2022. – № 75-2. – С. 385–388.
53. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (с изменениями на 22 января 2024 года) [утвержден приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 года № 286]. – URL:

<https://docs.cntd.ru/document/607175842?marker=6540IN> (дата обращения 09.09.2024).

54. Савик Н. В. Социальная адаптация младших школьников в условиях дополнительного образования / Н. В. Савик // Вестник науки и образования. – 2019. – № 18 (72). – С. 89–91.

55. Сапрыкина С. Н. Адаптация первоклассников к школе / С. Н. Сапрыкина // Вестник научных конференций. – 2021. – № 11-2 (75). – С. 116–117.

56. Семаго Н. Я. Психолого-педагогическая оценка готовности к началу школьного обучения / Н. Я. Семаго, М. М. Семаго // Школьный психолог. – 2019. – № 9. – URL: <https://psy.1sept.ru/article.php?ID=200300904> (дата обращения: 12.11.2024).

57. Семенова Т. С. Изучение самочувствия и эмоционального состояния первоклассников в период адаптации к школе / Т. С. Семенова // Начальная школа плюс до и после. – 2020. – № 8. – С. 13–15.

58. Семенова Т. С. Психологическая готовность к школе как основа благополучия первоклассников в начале обучения / Т. С. Семенова // Вестник практической психологии образования. – 2020. – Т. 17, № 3. – С. 115–123.

59. Степанова Н. А. Особенности социально-психологической адаптации соматически ослабленных школьников / Н. А. Степанова, А. В. Кузьмина // Особенности социально-психологической адаптации соматически ослабленных школьников // Вестник науки и образования. – 2019. – № 17-2 (53). – С. 68–70.

60. Сычева Л. В. Адаптация первоклассников / Л. В. Сычева, Н. В. Лукьянова // Актуальные исследования. – 2024. – № 9-5 (191). – С. 62–64.

61. Тлюстен С. Р. Родительское собрание на тему «Адаптация первоклассников» / С. Р. Тлюстен // Начальная школа. – 2023. – № 6. – С. 72–74.

62. Усольцева П. А. Психологическая адаптация первоклассников к обучению в школе / П. А. Усольцева // Наука через призму времени. – 2020. – № 2 (35). – С. 79–81.
63. Фатерина О. А. Особенности адаптации первоклассников к обучению в школе / О. А. Фатерина, Л. В. Мамедова // Управление образованием : теория и практика. – 2023. – № 11-2 (71). – С. 78–86.
64. Чукмаева Г. Р. Социально-психологическая адаптация школьников к обучению в среднем звене школы / Г. Р. Чукмаева // Научный потенциал. – 2020. – № 4 (31). – С. 107–109.
65. Шадрин Н. С. Теоретические методы исследования, их методологическая и эвристическая продуктивность и недооценка в практике научных публикаций (с примерами из области психологии) / Н. С. Шадрин // Международный научно-исследовательский журнал. – 2022. – № 1-4 (115). – С. 185–194.
66. Шинкаренко Ю. В. Педагогические условия адаптации первоклассников к школьному обучению / Ю. В. Шинкаренко // Постулат. – 2022. – № 1 (75). – URL: <https://e-postulat.ru/index.php/Postulat/article/view/4036> (дата обращения 11.11.2024).
67. Ширшова Л. В. Особенности адаптации первоклассников к обучению в начальной школе / Л. В. Ширшова // Молодой ученый. – 2020. – № 25 (315). – С. 432–433.
68. Шпиллер Т. В. Адаптация первоклассников к обучению в школе / Т. В. Шпиллер // Научный альманах ассоциации France-Kazakhstan. – 2022. – № 4. – С. 198–205.
69. Шумаков В. А. Социально-психологическая адаптация младших школьников к обучению в школе как условие их эмоционального благополучия / В. А. Шумаков, Д. А. Дубровина, А. В. Платонова // Психология. Психофизиология. – 2019. – № 4. – С. 63–70.
70. Эхаева Р. М. Научно-теоретические основы изучения особенностей адаптации младших школьников к учебной деятельности /

Р. М. Эхаева // Мир науки, культуры, образования. – 2021. – № 5(90). – С. 150–153.

71. Яковлева Н. А. Понятие «адаптация к школе» и ее особенности / Н. А. Яковлева // Молодой ученый. – 2024. – № 21 (520). – С. 691–693.

72. Яшукова Я. В. К проблеме адаптации первоклассников к школе / Я. В. Яшукова // Известия института педагогики и психологии образования. – 2022. – № 3. – С. 61–65.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Методики диагностики адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы

1. Методика «Оценка уровня школьной мотивации» (Н.Г. Лускановой).

Цель методики – определение школьной мотивации. Проверка уровня школьной мотивации учащихся проводится по анкете Н.Г. Лускановой (1993), состоящей из 10 вопросов, наилучшим образом отражающих отношение детей к школе и учебному процессу, эмоциональное реагирование на школьную ситуацию. Автор предложенной методики отмечает, что наличие у ребёнка такого мотива, как хорошо выполнять все предъявляемые школой требования и показать себя с самой лучшей стороны, заставляет ученика проявлять активность в отборе и запоминании необходимой информации. При низком уровне учебной мотивации наблюдается снижение школьной успеваемости.

Данная анкета может быть использована при индивидуальном обследовании ребенка, а также применяться для групповой диагностики. При этом допустимы два варианта предъявления:

1. Вопросы читаются экспериментатором вслух, предлагаются варианты ответов, а дети должны написать те ответы, которые им подходят.

2. Анкеты в напечатанном виде раздаются всем ученикам, и экспериментатор просит их отметить все подходящие ответы.

Каждый вариант имеет свои преимущества и недостатки. При первом варианте выше фактор лжи, так как дети видят перед собой взрослого, задающего вопросы. Второй вариант предъявления позволяет получить более искренние ответы, но такой способ затруднен в первом классе, так как дети еще плохо читают.

Инструкция для индивидуальной формы работы: «Сначала послушай вопрос и три варианта ответа на этот вопрос, а затем выбери один из трёх ответов, который выражает твоё мнение» Инструкция для групповой формы работы: «Прочитайте вопрос и из предложенных вариантов ответа выберите один и отметьте его буквенное значение на бланке ответов».

Анкета:

1. Тебе нравится в школе?

А) не очень;

Б) нравится;

В) не нравится.

2. Утром, когда ты просыпаешься, ты всегда с радостью идешь в школу или тебе часто хочется остаться дома?

- А) чаще хочется остаться дома;
- Б) бывает по-разному;
- В) иду с радостью.

3. Если бы учитель сказал, что завтра в школу не обязательно приходить всем ученикам, желающим можно остаться дома, ты бы пошел бы в школу или остался бы дома?

- А) не знаю;
- Б) остался бы дома;
- В) пошел бы в школу.

4. Тебе нравится, когда у вас отменяют какие-нибудь уроки?

- А) не нравится;
- Б) бывает по-разному;
- В) нравится.

5. Ты хотел бы, чтобы тебе не задавали домашних заданий?

- А) хотел бы;
- Б) не хотел бы;
- В) не знаю.

6. Ты хотел бы, чтобы в школе остались одни перемены?

- А) не знаю;
- Б) не хотел бы;
- В) хотел бы.

7. Ты часто рассказываешь о школе родителям?

- А) часто;
- Б) редко;
- В) не рассказываю.

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

- А) точно не знаю;
- Б) хотел бы;
- В) не хотел бы.

9. У тебя в классе много друзей?

- А) мало;
- Б) много;
- В) нет друзей.

10. Тебе нравятся твои одноклассники?

А) да;

Б) не очень;

В) нет.

Ответы на вопросы анкеты расположены в случайном порядке, поэтому для упрощения оценки может быть использован специальный ключ. В итоге подсчитывается набранное количество баллов.

Таблица 1.1 – Таблица измерений ответов по методике «Оценка уровня школьной мотивации» (Н.Г. Лускановой)

№ вопроса	Оценка за 1-ый ответ	Оценка за 2-ой ответ	Оценка за 3-ий ответ
1	1	3	0
2	0	1	3
3	1	0	3
4	3	1	0
5	0	3	1
6	1	3	1
7	3	1	0
8	1	0	3
9	1	3	0
10	3	1	0

Данная методика определяет 5 основных уровней школьной мотивации:

1. 25-30 баллов (очень высокий уровень) – высокий уровень школьной мотивации, учебной активности. Такие дети отличаются наличием высоких познавательных мотивов, стремлением наиболее успешно выполнять все предъявляемые школой требования. Они очень четко следуют всем указаниям учителя, добросовестны и ответственны, сильно переживают, если получают неудовлетворительные оценки или замечания педагога.

2. 20-24 балла – (высокий уровень) хорошая школьная мотивация. Подобные показатели имеют большинство учащихся начальных классов, успешно справляющихся с учебной деятельностью. Подобный уровень мотивации является средней нормой.

3. 15-19 баллов – (средний уровень) положительное отношение к школе, но школа привлекает больше внеучебными сторонами. Такие дети достаточно благополучно чувствуют себя в школе, однако чаще ходят в школу, чтобы общаться с друзьями, с учителем. Им нравится ощущать себя учениками, иметь красивый портфель, ручки, тетради. Познавательные мотивы у них сформированы в меньшей степени и учебный процесс их мало привлекает.

4. 10-14 баллов – (низкий уровень) низкая А. Подобные школьники посещают школу неохотно, предпочитают пропускать занятия. На уроках часто занимаются

посторонними делами, играми. Испытывают серьезные затруднения в учебной деятельности. Находятся в состоянии неустойчивой адаптации к школе.

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

2. «Проективная методика диагностики школьной тревожности» (А.М. Прихожан).

Методика проводится с каждым испытуемым индивидуально. Перед началом работы дается общая инструкция. Кроме того, перед показом некоторых рисунков даются дополнительные инструкции.

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

Выполнение задания по картинке № 1 рассматривается как тренировочное. Можно повторять инструкцию, добиваясь того, чтобы ребенок ее усвоил. Затем последовательно предъявляются картинки 2-12. Перед предъявлением каждой повторяются вопросы: "Какое у девочки (мальчика) лицо? Почему у него такое лицо?"

Перед предъявлением картинок 2, 3, 5, 6, 10 ребенку предварительно предлагается выбрать одного из персонажей-детей и рассказывать о нем. Все ответы детей фиксируются.

Обработка данных: оцениваются ответы на 10 картинок (2-11). Картинка № 1 – тренировочная, № 12 выполняет "буферную" функцию и предназначена для того, чтобы

ребенок закончил выполнение задания позитивным ответом. Вместе с тем следует обратить внимание на редкие случаи (по данным А. М. Прихожан, не более 5–7 %), когда ребенок на картинку № 12 дает отрицательный ответ. Такие случаи требуют дополнительного анализа и должны быть рассмотрены отдельно.

Общий уровень тревожности вычисляется по "неблагополучным" ответам детей, характеризующим настроение ребенка на картинке как грустное, печальное, сердитое, скучное. Тревожным можно считать ребенка, давшего семь и более подобных ответов из десяти.

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

Картинка № 1 Эту картинку можно использовать для анализа взаимоотношений родителей и детей: насколько близки эти отношения; что объединяет эту семью; проявляют ли родители любовь и заботу по отношению к своему ребенку, либо же не обращают на него никакого внимания. Многие дети дают позитивное толкование этой картинке: «мальчик радуется, потому что идет гулять с мамой и папой», «у девочки настроение веселое, так как мама и папа идут покупать ей подарок на день рождения», «у них настроение хорошее, папа и мама идут на работу, а девочка в школу». Такие ответы оцениваются в 1 балл. Школьная тревожность может наблюдаться в ответах: «у него грустное настроение, он не хочет идти в школу», «мама и папа заставляют его идти в школу, он не хочет». Такие ответы оцениваются в 0 баллов.

Картинка № 2 Данная картинка является интерпретацией учебной мотивации ребенка: хочет он ходить в школу или нет. Ответы, говорящие о высокой мотивации, желании учиться, ходить в школу: «настроение веселое, в школу идет, учиться хочет», «радостно идет в школу», «ей нравится ходить в школу», «у нее плохое настроение, она болеет и не может идти в школу» оцениваются в 1 балл. Ответы детей, в которых встречается школьная тревожность, оцениваются в 0 баллов: «ему грустно, он не хочет идти в школу», «не хочет в школу идти, там неинтересно», «я ухожу из школы, не хочу учиться». Эти ответы являются не только показателями тревожности, но и явными признаками школьной дезадаптации. Также выделяется ряд нейтральных ответов: «настроение плохое, его мама зовет домой, а он гулять хочет», «ее кто-то обидел, с ней не хотят дружить», «настроение хорошее, она разговаривает с мамой», «смотрит вверх

и считает». Эти ответы оцениваются следующим образом: если ответ положительный, ставится 1 балл, если ответ отрицательный –0 баллов.

Картинка № 3 Эта картинка диагностирует взаимоотношения между детьми – умеет ли ребенок общаться, устанавливать контакт с одноклассниками. Поскольку на картинке изображена игра детей, практически все ответы учащихся были положительными: «он играет, ему весело», «он бегает», «он забивает гол» –1 балл. Отрицательные ответы типа: «ему грустно, он не смог поймать мяч» –не являются показателями тревожности. В данном случае 0 баллов ставится за ответы: «ей грустно, потому что с ней никто не хочет играть, дружить», «мальчик стоит в стороне, он боится подойти к ребятам», «ей весело, она не хочет учиться, а хочет весь день играть», «настроение грустное, трое против одного – нельзя».

Картинка № 4 Женщина, нарисованная на этой картинке, чаще всего представляется детям как мама, а не как учительница. Поэтому положительными ответами были такие: «гуляет с мамой», «мама его хвалит», «мама тянет к ней руки, чтобы обнять» –1 балл. Отрицательные же ответы разделились на две группы. Первая группа –ответы, в которых наблюдается школьная тревожность: «мама ругает, неправильно уроки сделал», «плохо учился, мама ругает», «мама ругает за то, что не получил пятерку», «мама ругает за то, что в школу не пошел, не хочет», «она не хочет идти в школу», оцениваются в 0 баллов. Вторая группа –нейтральные ответы: «мама ругает, она далеко ушла от дома», «мама ругает за то, что разлила воду», «мама ругает за то, что уронила цветок», «на него тетя ругается», они оцениваются как положительные.

Картинка № 5 Изображение на данной картинке, не всегда воспринимается детьми как учебная ситуация. Так же, как и в предыдущей картинке, некоторые учащиеся ассоциируют учительницу с мамой. Поэтому ответы, не относящиеся к учителю и к учебной ситуации, можно считать нейтральными и оценить в 1 балл. Это такие ответы: «мама говорит «пошли домой», а он не хочет», «к ней пришли в гости, она радуется», «мама просит сделать что-то», «мама дает деньги, чтобы сходить в магазин». Тем не менее в некоторых ответах детей можно было обнаружить школьную тревожность. «Учительница спрашивает: «Где твой портфель?» –и ругает его», «учитель ругает ее, она плохо занималась», «настроение веселое, она балуется», «у него настроение хорошее, его не ругает учитель», «ему хорошо, он стоит первым, а последний мальчик может запсиховать», «он обиделся на учителя, он его ругает». Такие ответы оцениваются в 0 баллов. Ответы, которые оцениваются в 1 балл: «учительница

зовет к себе детей», «ей весело, она разговаривает с учителем», «они учатся», «они хотят учиться хорошо».

Картинка № 6 На этой картинке нарисована конкретная учебная ситуация, поэтому проблем с пониманием ее смысла у ребят не возникало. С помощью данного изображения можно выявить проявление школьной тревожности в ситуации на уроке. Положительные ответы, которые оцениваются в 1 балл: «они хотят учиться хорошо», «он много читает», «сидит за партой хорошо», «он в школе, он всему учится», «она сидит на уроке». Отрицательные ответы, в которых наблюдается нежелание ребенка учиться, плохое настроение, страх, оцениваются в 0 баллов: «она учится, ей трудно», «у нее плохое настроение, она не то написала», «настроение плохое, неправильно держит руки за партой», «не знает, что писать», «не хочет заниматься», «настроение плохое, устал».

Картинка № 7 На картинке изображена учительница, несколько детей стоят у ее стола, а один ребенок стоит в стороне, в углу комнаты. Большинство детей с низкой адаптацией рассказывают именно об этом ребенке и дают соответствующие ответы: «он в углу стоит, учитель наказал, он что-то сделал», «она стоит в углу, она порвала листы у учителя», «его поставила учительница в угол за то, что он неправильно написал», «все читают, а он стоит в углу, обзывается», «в угол поставили за то, что он не слушался». Такие ответы являются признаком возможной дезадаптации и нарушения поведения ребенка. Они оцениваются в 0 баллов, так же как и ответы детей со школьной тревожностью: «настроение плохое, она не хочет отдавать работу, потому что плохо написала», «она боится, ей могут поставить двойку», «одной девочке дали книжку, а ей нет». Положительные ответы детей выглядят так: «он с учителем разговаривает», «его похвалил учитель», «им ставят оценки», «учитель проверяет уроки и хвалит», «она получила «5» –1 балл. Остальные ответы, не связанные с учебной деятельностью, считаются нейтральными и оцениваются по знаку.

Картинка № 8 В данном случае легко распознать ответы, содержащие в себе школьную тревожность и низкую мотивацию учения: «она не хочет заниматься», «его заставляет мама делать уроки», «она грустная, ей могут поставить «2», «она не смогла сделать уроки». За подобный ответ ставится 0 баллов. Дети с отсутствием тревожности давали такие ответы: «он пишет, ему нравится», «она сделала уроки на «5», «он сидит, занимается», «у него хорошее настроение, он читает», «он учится дома», «настроение хорошее, она делает уроки» –1 балл. Некоторые дети давали ответы, не связанные с учебной деятельностью, по ним нельзя судить о наличии тревожности и адаптации ребенка в школе: «она дома рисует», «настроение веселое, потому что выходной»,

«телевизор смотрит», «ей грустно, она дома одна», «смотрит мультики», «он один и ему скучно», «ему грустно, телевизор не работает». Эти ответы являются нейтральными и также оцениваются по знаку.

Картинка № 9 Здесь также большое значение имеет то, о каком ребенке (стоящем в стороне или разговаривающем) учащийся начнет рассказывать. Эта картинка помогает выявить проблемы ребенка во взаимоотношениях с одноклассниками, страх поспорить, поругаться, подраться с ребятами, страх, что с ним никто не будет дружить, играть и разговаривать. Дети с подобными страхами давали такие ответы: «с ним никто не общается, он двоечник», «они ругаются, дерутся, кто-то мяч отобрал», «с ней не играют», «ей не дали шоколад, с ней не поделились», «от нее отвернулись одноклассники», «девочки выгнали ее из игры», «он обиделся», «с ним никто не играет и не дружит». Эти ответы оцениваются в 0 баллов, поскольку страх – первый признак тревожности, а если ребенок боится, что с ним не будут дружить, значит, он не уверен в себе и в том, что сможет найти общий язык с одноклассниками. А это уже один из основных показателей дезадаптации. Остальные ответы: «они разговаривают», «она играет с девочками», «он знакомится с мальчиками», «он с мальчиком играет» – оцениваются в 1 балл.

Картинка № 10 Анализ ответов детей по данной картинке в первую очередь позволяет выявить отношения ребенка и учителя, во вторую – тревожность в ситуации ответа у доски. Учащиеся с повышенным уровнем тревожности давали такие ответы: «у него грустное лицо, он не знает ответа», «учитель просит нарисовать, а он не знает, что», «учитель ругает его за то, что он баловался на уроке», «у него печальное лицо, он боится, что не получится задание», «учитель ругает за то, что она уроки не сделала», «учитель говорит уроки делать, а он не делает», «учитель заставляет ее писать, а она не хочет», «учитель ругает». Они оцениваются в 0 баллов. Ответы, оцениваемые в 1 балл, давали дети, у которых благоприятные отношения с учителем и высокий уровень мотивации учения: «учитель говорит ей что-то хорошее», «вышел к доске решать задачу», «она отвечает на вопрос», «она отличница», «у нее хорошее настроение, ее вызвали у доски», «учитель его учит», «ему интересно отвечать», «ее похвалили за уроки», «он хочет писать на доске».

Картинка № 11 По данной картинке нельзя выявить наличие школьной тревожности у ребенка. Но поскольку первоклассник – это бывший дошкольник, отношение к игровой деятельности имеет для исследования большое значение. В игре ребенок проецирует свои жизненные ситуации, которые можно условно разделить на ситуации успеха и неуспеха. Положительные ответы, оцениваемые в 1 балл, отражают

ситуацию успеха: «ему купили игру», «он строит», «к ней придут гости и будут с ней играть», «она сидит дома и играет», «у нее нет уроков». А отрицательные – ситуацию неудачи: «он раскидывает игрушки, не помогает маме», «не хочет заниматься», «настроение плохое, надо собирать игрушки», «она грустная, не смогла сделать игру», «он разбросал игрушки», «она сломала игрушки». Такие ответы оцениваются в 0 баллов.

Картинка № 12 Изображение на этой картинке понимается детьми по-разному. Из множества ответов мы выбрали те, которые помогают выявить школьную тревожность или, наоборот, подтверждают ее отсутствие. Ответы детей, в которых наблюдается тревожность: «настроение грустное, много уроков задали», «она только что пришла, ей надо уроки делать, а она не хочет», «он невеселый, портфель бросил и пошел в класс», «ей грустно, она опоздала на урок», «она еле пришла в школу», «он грустный, забыл портфель», «сердится, не хочет учиться». Они оцениваются в 0 баллов. Положительные ответы, касающиеся школы, оцениваются в 1 балл: «идет домой, чтобы делать уроки, он любит уроки делать, а потом может отдохнуть, поиграть с кем-нибудь», «рад, что идет домой», «одевается в школу, чтобы побыстрее учиться», «идет домой с портфелем, она будет делать уроки, а потом гулять», «идет домой делать домашнее задание». Также мы выделили группу нейтральных ответов: «она одела неправильно пальто», «портфель тяжелый», «ей рюкзак не поднять, она устала», «идет гулять с портфелем», «танцует», «нашел мамину сумку», «купил себе куртку», «меряет одежду».

Оцениваются ответы на вопросы 2–11. Картинка 1 является тренировочной, на ее основе проверяется, усвоил ли ребенок инструкцию. Картинка 12 выполняет «буферную» функцию и предназначена для того, чтобы ребенок закончил выполнение задания положительным ответом. Подсчитывается количество «неблагополучных» ответов (максимальное количество – 10). Примеры «благополучных» и «неблагополучных» ответов детей приведены в таблице.

Наиболее типичные «благополучные» и «неблагополучные» ответы детей по картинкам Проективной методики для диагностики школьной тревожности.

Количественный анализ.

10-12 баллов – низкий уровень школьной тревожности.

7-9 баллов – средний уровень школьной тревожности.

0-6 баллов – высокий уровень школьной тревожности.

Общий уровень тревожности вычисляется по «неблагополучным» ответам ребенка, характеризующим настроение персонажа рисунка как грустное, печальное,

сердитое, скучное, испуганное. Тревожным можно считать ребенка, давшего 7 и более подобных ответов из 12.

Качественный анализ.

Осуществляя качественный анализ отдельно взятой картинки, можно выявить ситуации, когда ребенок испытывает трудности.

Картинка № 1 – общение с родителями. Анализируются отношения ребенка с родителями, желание общаться, проводить вместе время.

Картинка № 2 – дорога в школу. Выявляется желание ребенка ходить в школу, желание или нежелание учиться.

Картинка № 3 – взаимодействие с детьми. Отношение ребенка к игровой деятельности. Выявляются проблемы в общении и взаимодействии с группой детей.

Картинка № 4 – общение с взрослым (учителем). С помощью этой картинки можно выявить, умеет ли ребенок общаться с взрослым, а также подчиняться его требованиям. Обнаруживаются проблемы во взаимоотношениях ребенка и учителя, ребенка и мамы.

Картинка № 5 – общение с взрослым (учителем). Ситуация аналогична предыдущей. Умеет ли ребенок взаимодействовать в группе детей и подчиняться правилам, требованиям взрослого.

Картинка № 6 – ситуация урока. Можно определить настроение ребенка на уроке, его желание учиться, выполнять предложенные учителем задания; кроме того, можно выявить проблемы в обучении. Нужно обратить внимание, кого ребенок выбирает: мальчика за первой партой с записями в тетради или мальчика за второй партой, у которого тетрадь пуста.

Картинка № 7 – ситуация урока. Эта картинка позволяет определить взаимоотношения с учителем и с детьми. Помимо этого, можно понять, как ребенок оценивает свои знания и себя. Например, ребенок говорит: «Он радуется, потому что ему поставили «5» или «Ему грустно, он получил «2». Картинка дает возможность также выявить нарушения в поведении. Например, ребенок говорит: «Его поставили в угол, он баловался».

Картинка № 8 – ситуация дома. С помощью картинки можно определить настроение и самочувствие ребенка дома и оценить желание выполнять домашнее задание.

Картинка № 9 – взаимодействие с детьми. Ситуация личностного общения ребенка с детьми. Выявляет проблемы в общении, налаживании дружеских контактов, отношение ребенка к ссоре.

Картинка № 10 – ответ у доски. Позволяет выявить страх ребенка отвечать перед всем классом, выполнять задания на доске, помогает оценить проблемы во взаимоотношениях ребенка и учителя.

Картинка № 11 – ситуация дома. Данная картинка не выявляет школьной тревожности, но помогает прояснить отношение ребенка к одиночной игре.

Картинка № 12 – возвращение из школы. Можно понять общее отношение ребенка к школе, а также его желание или нежелание уходить из школы.

Особого внимания заслуживают случаи, в которых ребенок дает отрицательный ответ на картинку 12. Такие случаи требуют дополнительного исследования и углубленного анализа причин.

Стимульный материал:

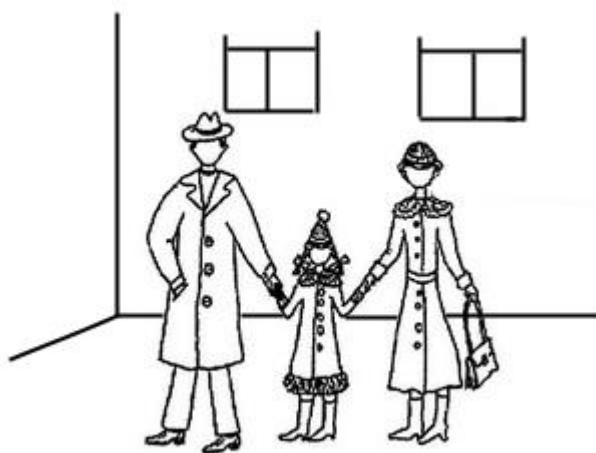


Рис. 1а

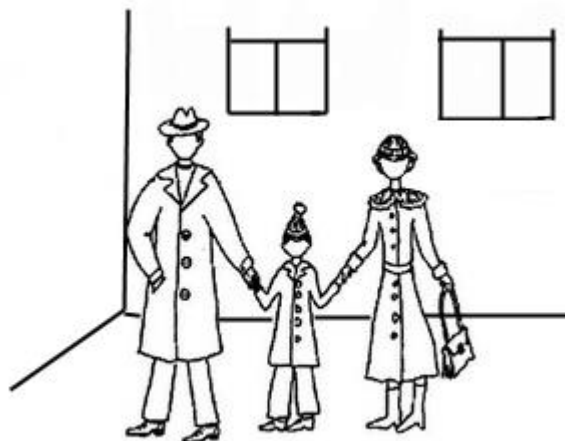


Рис. 1б

Рисунок 1.1 – Стимульный материал для проведения методики «Проективная методика диагностики школьной тревожности» (А.М. Прихожан)

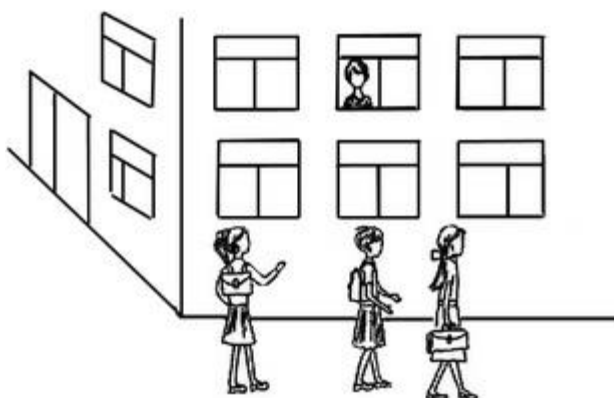


Рис. 2а

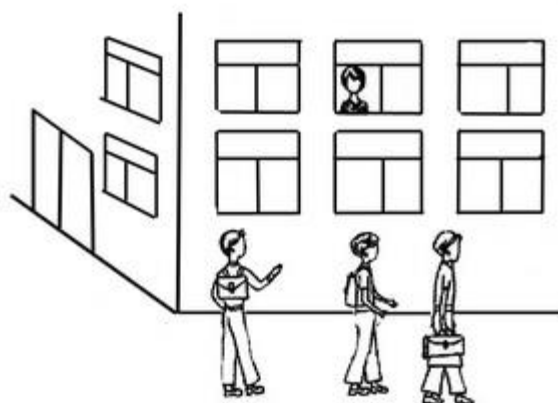


Рис. 2б

Рисунок 1.2 – Стимульный материал для проведения методики «Проективная методика диагностики школьной тревожности» (А.М. Прихожан)

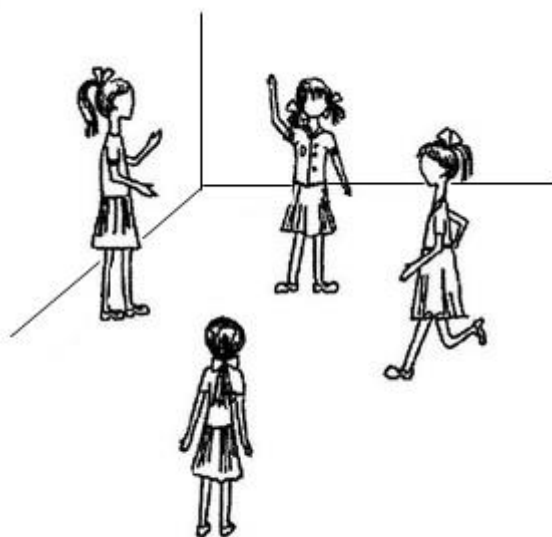


Рис. 3а

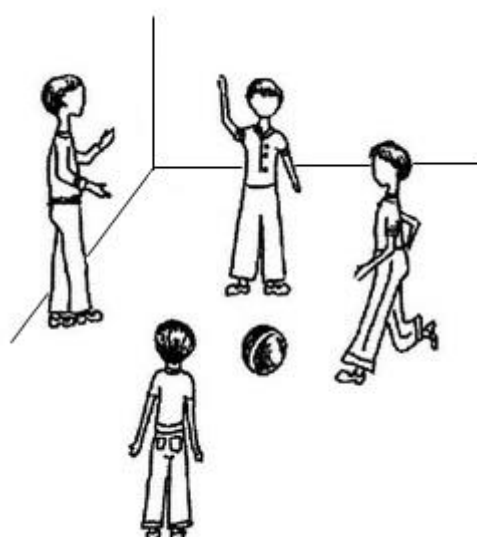


Рис. 3б

Рисунок 1.3 – Стимульный материал для проведения методики «Проективная методика диагностики школьной тревожности» (А.М. Прихожан)



Рис. 4а

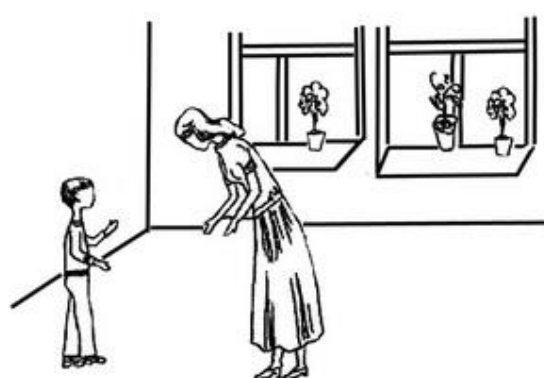


Рис. 4б

Рисунок 1.4 – Стимульный материал для проведения методики «Проективная методика диагностики школьной тревожности» (А.М. Прихожан)

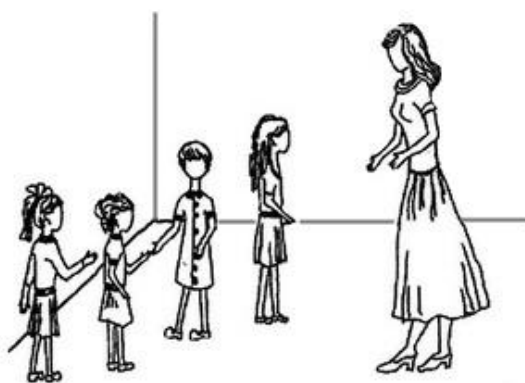


Рис. 5а

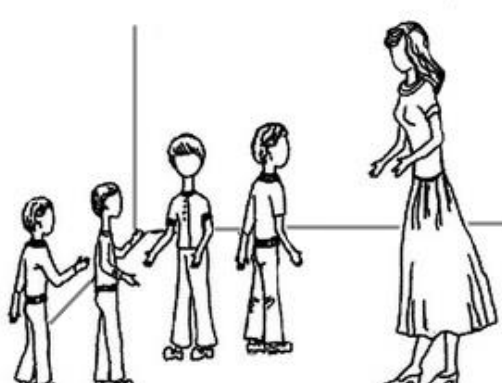


Рис. 5б

Рисунок 1.5 – Стимульный материал для проведения методики «Проективная методика диагностики школьной тревожности» (А.М. Прихожан)

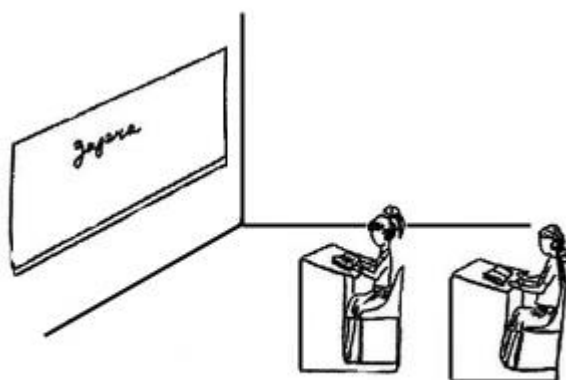


Рис. 6а

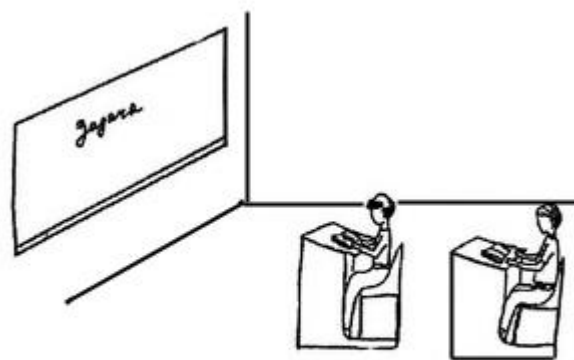


Рис. 6б

Рисунок 1.6 – Стимульный материал для проведения методики «Проективная методика диагностики школьной тревожности» (А.М. Прихожан)



Рис. 7а

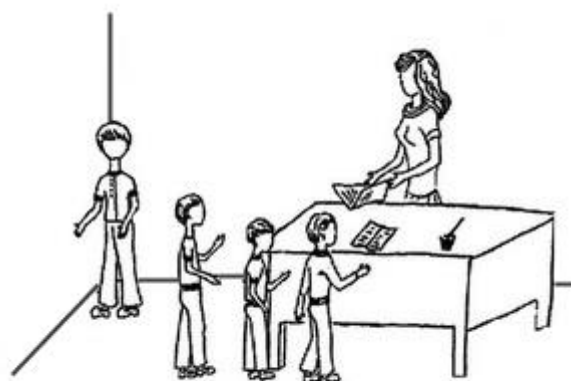


Рис. 7б

Рисунок 1.7 – Стимульный материал для проведения методики «Проективная методика диагностики школьной тревожности» (А.М. Прихожан)

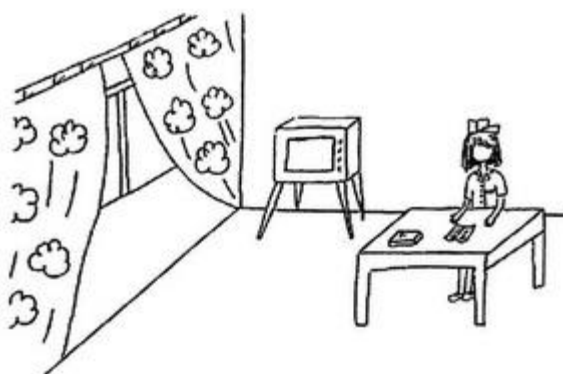


Рис. 8а

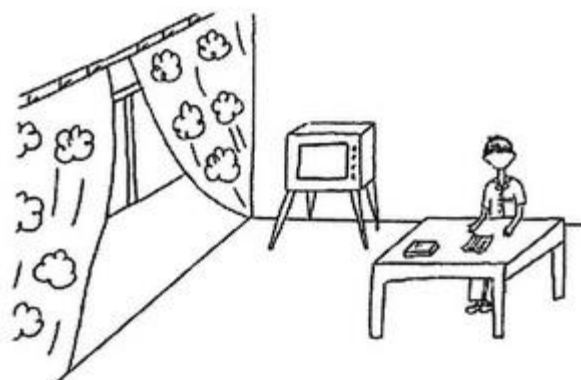


Рис. 8б

Рисунок 1.8 – Стимульный материал для проведения методики «Проективная методика диагностики школьной тревожности» (А.М. Прихожан)

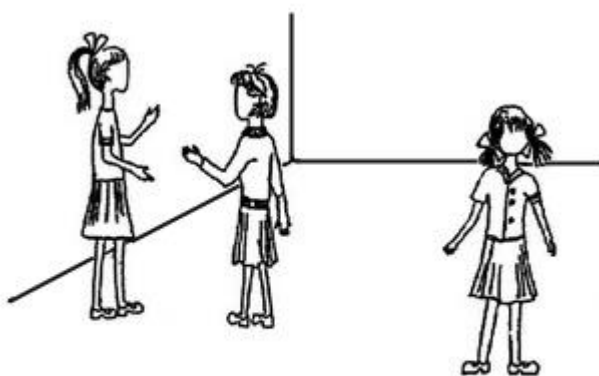


Рис. 9а

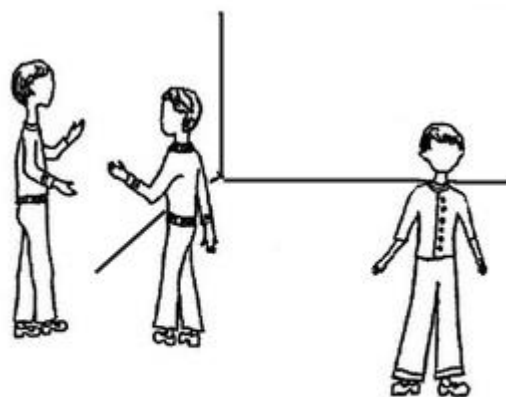


Рис. 9б

Рисунок 1.9 – Стимульный материал для проведения методики «Проективная методика диагностики школьной тревожности» (А.М. Прихожан)

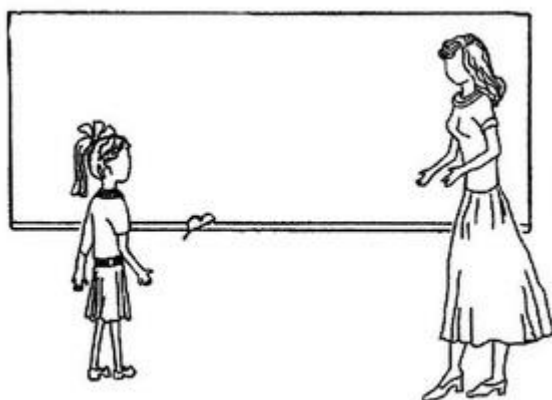


Рис. 10а

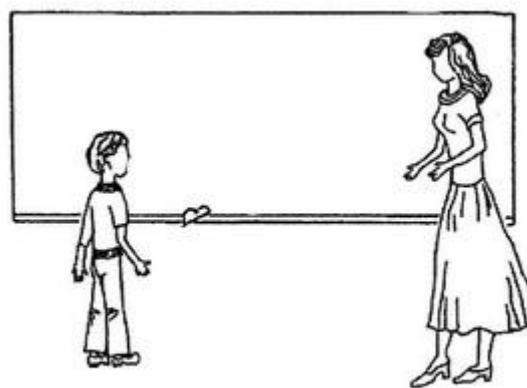


Рис. 10б

Рисунок 1.10 – Стимульный материал для проведения методики «Проективная методика диагностики школьной тревожности» (А.М. Прихожан)

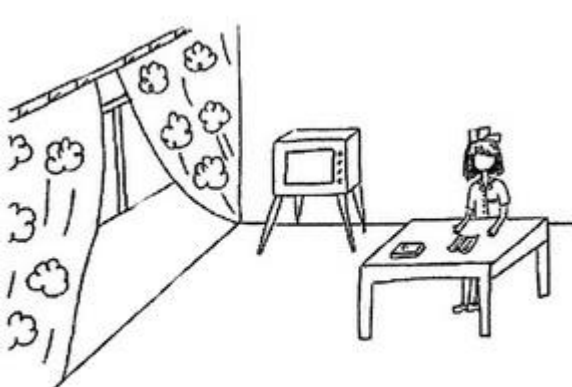


Рис. 11а

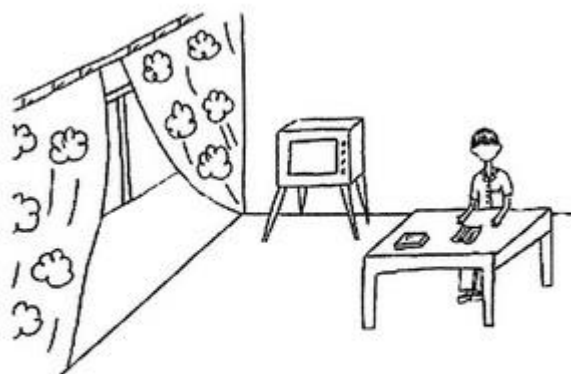


Рис. 11б

Рисунок 1.11 – Стимульный материал для проведения методики «Проективная методика диагностики школьной тревожности» (А.М. Прихожан)

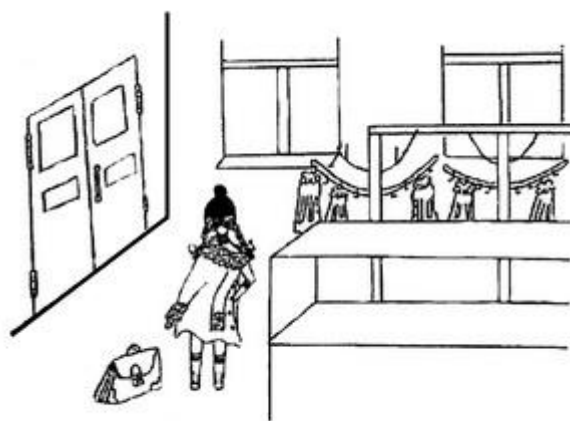


Рис. 12а



Рис. 12б

Рисунок 1.12 – Стимульный материал для проведения методики «Проективная методика диагностики школьной тревожности» (А.М. Прихожан)

3. Методика «Школа зверей» С. Панченко.

Методика «Школа зверей» дает возможность выявить школьные неврозы на начальной стадии развития, выяснить причины и способы коррекции. Неопределенность стимулирующего материала, атмосфера доброжелательности и отсутствие оценочных суждений позволяют ребенку раскрыться наиболее глубоко. К тому же рисование для младших школьников привычно и интересно. Анализ изображенного дает возможность сделать некоторые предположения о тех трудностях, которые возникли у детей в процессе учебной деятельности.

Однако эта методика может применяться не только на этапе адаптации к школе, но и в более старшем возрасте – при работе с выявлением трудностей учащихся на различных уроках, в учебной деятельности и в общении с одноклассниками и учителями.

Может проводиться как в групповой, так и в индивидуальной форме.

Оборудование: бумага, цветные карандаши.

Предварительная подготовка:

Ведущий. Сейчас мы с вами совершим удивительное путешествие в волшебный лес. Сядьте удобно, расслабьтесь, закройте глаза. Представьте, что мы оказались на солнечной лесной полянке. Послушайте, как шумят листья над головой, мягкая трава касается ваших ног. На полянке вы видите «Школу зверей». Посмотрите вокруг. Какие звери учатся в этой школе? А какой зверь в ней учитель? Чем занимаются ученики? А каким животным вы видите себя? Что вы при этом чувствуете? Проживите эти чувства в себе. Вы можете находиться еще некоторое время в этой «Школе зверей», пока я буду считать до 10, а затем откройте глаза.

Инструкция:

Ведущий: Вы побывали в «Школе зверей». А теперь возьмите карандаши и бумагу и попробуйте нарисовать то, что видели.

Дети выполняют задание.

Посмотрите внимательно на свой рисунок и найдите то животное, которым могли бы быть вы. Рядом с ним поставьте букву «я».

Интерпретация

1. Положение рисунка на листе.

Положение рисунка ближе к верхнему краю листа трактуется как высокая самооценка, как недовольство своим положением в коллективе, недостаточность признания со стороны окружающих.

Положение рисунка в нижней части – неуверенность в себе, низкая самооценка.

Если рисунок расположен на средней линии, то у ребенка все в норме.

2. Контурные фигур.

Контурные фигур анализируются по наличию или отсутствию выступов (типа щитов, панцирей, игл), прорисовке и затемнению линий – все это защита от окружающих. Агрессивная – если выполнена в острых углах; со страхом или тревогой – если имеет место затемнение контурной линии; с опасением, подозрительностью – если поставлены щиты, заслоны.

3. Нажим.

При оценке линий необходимо обратить внимание на нажим.

Стабильность нажима говорит об устойчивости, слабый нажим – о проявлении тревожности, очень сильный – о напряженности.

О тревожности может свидетельствовать разорванность линий, наличие обводков, следы стирания.

4. Наличие деталей, соответствующих органам чувств, - глаза, уши, рот.

Отсутствие глаз свидетельствует о неприятии информации, изображение ушей (тем более больших и детально прорисованных) говорит о заинтересованности в информации, особенно касающейся мнения окружающих о себе. Открытый, заштрихованный рот – о легкости возникновения страхов. Зубы – признак вербальной агрессии.

5. Анализ качества и взаимодействия персонажей показывает особенности коммуникативных отношений.

Большое количество вступающих в различные отношения друг с другом (играют, изображены в учебной деятельности и т.д.) и отсутствие разделяющих линий между

ними говорит о благоприятных взаимоотношениях с одноклассниками. В противном случае можно говорить о трудностях в построении контактов с другими учениками.

6. Характер отношений между животным-учителем и животным, изображающим ребенка.

Необходимо проследить, нет ли противопоставления между ними? Как расположены фигуры учителя и ученика по отношению друг к другу?

7. Изображение учебной деятельности.

В случае отсутствия изображения учебной деятельности можно предположить, что школа привлекает ребенка внеучебными сторонами. Если же нет учеников, учителя, учебной или игровой деятельности, рисунок не изображает школу зверей или людей, то можно сделать предположение, что у ребенка не сформировалась позиция ученика, он не осознает своих задач как школьника.

8. Цветовая гамма.

Яркие, жизнерадостные тона говорят о благополучном эмоциональном состоянии ребенка в школе. Мрачные тона могут свидетельствовать о неблагополучии и угнетенном состоянии.

Методика собирает в себе следующие критерии: уровень самооценки, уровень тревожности, как чувствует себя ребёнок в окружении, уровень любознательности, особенности коммуникативных отношений, наличие школьной мотивации, эмоциональное состояние первоклассника. Положительные «ответы» оцениваются в 1 балл. Из этого выходит: высокий уровень адаптации – 6-7 баллов; средний уровень адаптации – 4-5 баллов; низкий уровень адаптации – 1-3 балла.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Результаты исследования адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы

Таблица 2.1 – Результаты диагностики уровня школьной мотивации по методике «Оценка уровня школьной мотивации» (Н.Г. Лускановой)

№	Балл	Уровень
1	18	Средний
2	15	Средний
3	16	Средний
4	15	Средний
5	14	Низкий
6	16	Средний
7	11	Низкий
8	12	Низкий
9	16	Средний
10	18	Средний
11	13	Низкий
12	19	Средний
13	18	Средний
14	20	Высокий
15	22	Высокий
16	25	Очень высокий

Итого:

Очень низкий уровень: 0 % (0 человек).

Низкий уровень: 25 % (4 человека).

Средний уровень: 56,25 % (9 человек).

Высокий уровень: 12,5 % (2 человека).

Очень высокий уровень: 6,25 % (1 человек).

Таблица 2.2 – Результаты диагностики уровня школьной тревожности у первоклассников по «Проективной методике диагностики школьной тревожности» (А.М. Прихожан)

№	Балл	Уровень
1	10	Низкий
2	10	Низкий
3	10	Низкий
4	11	Низкий
5	11	Низкий
6	2	Высокий
7	11	Низкий
8	1	Высокий
9	10	Низкий
10	12	Низкий

Продолжение таблицы 2.2

11	5	Высокий
12	12	Низкий
13	10	Низкий
14	11	Низкий
15	8	Средний
16	4	Высокий

Итого:

Низкий уровень: 68,75 % (11 человек).

Средний уровень 6,25 % (1 человек).

Высокий уровень 25 % (4 человека).

Таблица 2.3 – Результаты диагностики уровня адаптации у первоклассников к условиям образовательной среды по методике «Школа зверей» (С. Панченко)

№	Балл	Уровень
1	4	Средний
2	3	Низкий
3	1	Низкий
4	6	Высокий
5	7	Высокий
6	5	Средний
7	5	Средний
8	4	Средний
9	5	Средний
10	4	Средний
11	7	Высокий
12	5	Средний
13	7	Высокий
14	4	Средний
15	1	Низкий
16	2	Низкий

Итого:

Низкий уровень: 25 % (4 человека).

Средний уровень 50 % (8 человек).

Высокий уровень 25 % (4 человека).

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

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

1. Пояснительная записка: Одним из условий адаптации первоклассника в школе выступает отношение социальной среды ребенка к его успехам и неудачам. С помощью игровых методов развивающего и психокоррекционного характера и методов изотерапии психолог и учитель могут помочь ребенку в успешной адаптации.

Адаптация – естественный процесс, который проявляется в приспособлении (привыкании) к новым жизненным условиям, новой деятельности, новым социальным ролям и контактам. Большое значение в период адаптации имеет успешность его протекания, которая зависит не только от успешности овладения учебной деятельности, но и комфортности пребывания в школе, здоровья ребенка, его отношение к школе и учению.

Цель программы: оказать психолого-педагогическое сопровождение первоклассников на этапе адаптации к условиям образовательной среды школы.

Задачи программы:

1. Создать условия для осознания первоклассником позиции школьника.
2. Создать условия для развития коммуникативных навыков обучающихся: сотрудничество, эффективное взаимодействие с одноклассниками и педагогом.
3. Создать условия для коррекции негативных чувств школьника: обучить распознавать и описывать свои чувства, коррекция негативных установок.

Методы: беседа, дискуссии, упражнения.

Принципы программы:

1. Принцип индивидуализации предполагает учет возраста, уровня общего состояния ребенка.
2. Принцип систематичности и последовательности, заключается в непрерывности, регулярности, планомерности процесса, в котором реализуются задачи коррекционной работы.
3. Принцип единства коррекции и диагностики, который означает, что эффективность коррекционной работы зависит от комплексности, тщательности и глубины предшествующей диагностической работы.

4. Принцип комплексности методов психологического воздействия предполагает использование различных методов для более эффективного достижения цели программы.

5. Принцип активного привлечения ближайшего социального окружения к участию в коррекционной программе – работа с педагогами, родителями, классом в целом.

6. Принцип наглядности – демонстрация упражнений, этюдов, моделированных ситуаций, игр, подтверждает объяснение и помогает ребенку правильно выполнить.

7. Принцип оздоровительной направленности обеспечивает оптимизацию двигательной активности детей, укрепление психологического здоровья, совершенствование физиологических и психологических функций организма.

Программа состоит из 14 занятий по 20-40 минут с детьми, 1 встречи с педагогами первых классов и 1 встречи с родителями первоклассников.

Таблица 3.1 – Тематическое планирование программы психолого-педагогического сопровождение адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы

№	Тема	Цели	Упражнения
1	«Давайте познакомимся»	Создание атмосферы психологического комфорта в группе. Снятие напряженности. Знакомство первоклассников с учителем, психологом и друг с другом.	Упражнение «Здравствуй» Упражнение «Эстафета хорошего настроения» Упражнение «Дракон, кусающий свой хвост» Упражнение «Мой смешной портрет» Упражнение «Рисуем настроение» Упражнение «Спасибо за прекрасный день»
2	«Ура я школьник»	Создать благоприятную эмоциональную атмосферу. Осознание детьми статуса школьника.	Упражнение «Меня зовут.. Я люблю себя за то, что...» Упражнение «На что похоже настроение» Упражнение «Что значит быть школьником» Рисование на тему «Я - дошкольник, я - школьник». Упражнение «Рисуем настроение» Упражнение «Спасибо за прекрасный день»
3	«Правила школьной жизни»	Знакомство первоклассников с правилами школьной жизни. Развитие навыков сотрудничества, доверительного отношения друг к другу, сплочение классного коллектива	Упражнение «Ролевая гимнастика» Упражнение «Лесные жители» Беседа по сказке М.А. Панфиловой Создание "Лесной школы" Беседа по сказке М.А. Панфиловой «Школьные правила» Показ презентации «Школьные правила» Упражнение «Рисуем настроение» Упражнение «Спасибо за прекрасный день»

Продолжение таблицы 3.1

4	«У меня первый класс – что делать?»	Профилактика и просвещение у дезадаптации первоклассников.	Выступление с лекцией и презентацией по просвещению особенностей адаптации первоклассников к образовательной среде школы. Дискуссия Раздача буклетов с рекомендациями по работе с детьми в период адаптации к образовательной среде школы.
5	«Зачем ходить в школу»	Создание условий для осознания.	Упражнение «Поздороваться ушами» Упражнение «Самый лучший первоклассник» Упражнение «Для чего ходят в школу» Упражнение «Спасибо за прекрасный день»
6	«Мой друг школьный портфель»	Приучать детей с порядку, аккуратности, бережному отношению к учебникам и другим школьным вещам.	Упражнение «Ветер дует на...» Упражнение «Что мне нужно в школе» Сказка М.А. Панфиловой «Собирание портфеля» Упражнение «Я положу в свой портфель» Упражнение «Четвертый лишний» Упражнение «Рисуем настроение»
7	«Наш класс – это все мы!»	Сплочение коллектива, формирование у учащихся отношения друг к другу как к целостной группе – «класс»	Упражнение «Ласковое имя» Упражнение «Гусеница» Упражнение «Портрет школьника» Упражнение «Тропинка» Упражнение «Наш класс – это все мы» Упражнение «Спасибо за прекрасный день»
8	Выступление на родительском собрании на тему «Мой ребёнок – первоклассник. Что делать?»	Просветительская работа с родителями на тему особенностей и трудностей первоклассников в период адаптации к образовательной среде школы.	Выступление с лекцией и презентацией по просвещению особенностей адаптации первоклассников к образовательной среде школы. Дискуссия Раздача буклетов с рекомендациями по работе с детьми в период адаптации к образовательной среде школы.
9	«Настроение в школе»	Снизить тревожность, усилить “Я” ребёнка, повысить психический тонус ребёнка, повысить уверенность в себе	Упражнение «Дождик» Упражнение «Угадай настроение» Упражнение «Изобрази настроение» Упражнение «Хрустальное путешествие» Упражнение «Спасибо за прекрасный день»
10	«Что такое грусть?»	Снятие запретов на проявление негативных чувств и эмоций, демонстрация конструктивного выражения отрицательных эмоций. Объяснение ребёнку, что испытывать разные эмоции для человека – это естественно.	Упражнение «Эмоции» Упражнение «Грустный рисунок» Упражнение «Необычное рисование»

Продолжение таблицы 3.1

11	«Что такое радость».	Выражение положительных эмоций (радости), расширение сферы получения положительных эмоций путем обсуждения и обмена опытом.	Упражнение «Фотографии» Упражнение «Рисунок радостного человека» Упражнение «Красивый рисунок»
12	«Что такое страх?»	Выражение страха в творчестве, обсуждение пугающих вещей, предметов, образов.	Упражнение «Страхи» Упражнение «Нарисуй свой страх» Упражнение «Обезвреживание страха»
13	«Удивление».	обратить внимание детей еще на одну эмоцию – удивление, способствовать выражению удивления и отметить те ситуации, когда оно возникает.	Упражнение «Космический корабль» Упражнение «Звёздное небо» Упражнение «Новая планета и её жители» Упражнение «Карта звёздного неба»
14	«Что такое злость».	Снятие запретов на проявление негативных эмоций (злость), демонстрация выражения отрицательных эмоций в творчестве путем применения изобразительных средств. Приведение детей к пониманию того, что испытывать разные эмоции для человека – это естественно.	Упражнение «Злость» Упражнение «Злые линии» Упражнение «Злые и радостные рисунки» Упражнение «Нарисуй злость»
15	«Мой портрет».	Закрепление положительных изменений, возникших в групповой работе у детей, а также осмысление детьми того опыта, который они приобрели в группе.	Упражнение «Автопортрет в кругу» Упражнение «Нарисуй цветок» Упражнение «Моя мечта»
16	«Первоклассник – это здорово»	Закрепление позитивного эмоционального отношения к школе и обучению	Упражнение «Свеча» Упражнение «Волшебная подушка для первоклассника» Упражнение «Остров первоклассников» Упражнение «Прекрасный сад» Упражнение «Огонь» Упражнение «Лучи солнца» Упражнение «Полет бабочки» Упражнение «Тепло наших сердец»

Занятие №1 «Давайте познакомимся»

Цель: создание атмосферы психологического комфорта в классе. Снятие напряженности. Знакомство первоклассников с учителем, психологом и друг с другом.

Задачи:

1. Познакомиться с обучающимися.
2. Снять напряжённость в классе.
3. Создать благоприятную среду в классе.

Ход занятия:

Вводная часть.

Упражнение «Здравствуй» (5 минуты)

Психолог: Здравствуй, ребята! Меня зовут Марина Эдуардовна и сегодня мы проведём занятие вместе. Сейчас мы с вами поиграем в игру, и все познакомимся. Итак,

мы сейчас с вами будет передавать мяч по кругу и спрашивать: «Здравствуй. Как тебя зовут?». Кому передали мяч отвечает и передаёт следующему. Я начну. «Здравствуй. Как тебя зовут?» (дети знакомятся друг с другом)

Молодцы!

Основная часть.

Упражнение «Эстафета хороших известий» (5 минут)

Психолог: Я хочу, чтобы каждый из вас рассказал о чем-нибудь приятном, что случилось с ним вчера (на этой неделе). Причем, пока вы говорите, мячик или мягкая игрушка находится у вас в руках. Когда вы закончите рассказывать, передайте эстафету хороших известий, то есть передайте мячик соседу, и так по кругу. (дети рассказывают о хороших известиях)

Молодцы!

Упражнение «Дракон, кусающий свой хвост» (5 минут)

Психолог: Ребята, а давайте сейчас встанем цепочку. Теперь представьте, что все вы – один большой дракон. Вы – голова, а вы – хвост. Теперь у вас задание: хвост должен убежать от головы так, чтобы ваша цепочка не порвалась. Начинаем. (дети играют, спустя 2 минуты голова и хвост меняются между собой).

Молодцы!

Упражнение «Мой смешной портрет» (5 минут)

Психолог: А сейчас я предлагаю каждому нарисовать свой автопортрет. На наших занятиях вы можете рисовать так, как вы хотите и умеете, вы можете это сделать с помощью цветных карандашей или фломастеров. (дети рисуют)

Наши рисунки готовы. Давайте покажем, их друг другу. (дети показывают свои автопортреты, и автопортрет закрепляется на стенде)

Упражнение «Рисуем настроение» (5 минут)

Психолог: Возьмите, пожалуйста, карандаши, фломастеры и лист бумаги. Нарисуйте ваше настроение. (дети рисуют)

Итак, теперь повесьте ваши рисунки там, где считаете нужным по цветам, создав коллаж настроения. (дети развешивают рисунки по цветам)

Молодцы!

Заключительная часть.

Упражнение «Спасибо за прекрасный день» (5 минут)

Психолог: Пожалуйста, встаньте в общий круг. Я хочу предложить вам поучаствовать в небольшой церемонии, которая поможет нам выразить дружеские чувства и благодарность друг другу. Встаём в круг, теперь один из вас становится в

центр, другой подходит к нему, пожимает руку и произносит: «Спасибо за приятный день!» Оба остаются в центре, по-прежнему держась за руки. Затем подходит третий ученик, берет за свободную руку либо первого, либо второго, пожимает ее и говорит: «Спасибо за приятный день!» Таким образом, группа в центре круга постоянно увеличивается. Когда к вашей группе присоединится последний участник, замкните круг и завершите церемонию безмолвным крепким троекратным пожатием рук.

Молодцы. Спасибо вам за вашу работу! До встречи.

Занятие 2 «Ура я школьник»

Цель: создать условия для осознания детьми статуса школьника.

Задачи:

1. Создать благоприятную эмоциональную атмосферу.
2. Определить эмоциональное состояние учащихся.
3. Создать условия для определения школьниками разницы между

дошкольником и школьником.

Ход занятия:

Вводная часть.

Упражнение «Меня зовут... Я люблю себя за то, что...» (5 минут)

Психолог: Здравствуйте, ребята. Сейчас я вам предлагаю встать в круг, чтобы рассказать немного о себе. Каждый поочередно говорит две фразы «Меня зовут...» и «Я люблю себя за то, что...». Не отвлекайтесь на споры и обсуждения по поводу ваших желаний. Просто высказывайте их поочередно, беспристрастно и быстро. (дети выполняют упражнение)

Молодцы.

Основная часть.

Упражнение «На что похоже настроение?» (5 минут)

Психолог: Ребята, сейчас мы с вами расскажем друг другу на какое природное явление похоже ваше настроение, начинаем с этой стороны. (ответы детей)

Молодцы!

Упражнение «Что значит быть школьником» (10 минут)

Психолог: Ребята, вы – школьники. Что это значит? Как должен себя вести школьник? (ответы детей)

Сейчас на доске вы видите картинки. Скажите, пожалуйста, что здесь лишнее? Почему? А что подходит? (ответы детей)

Молодцы!

Упражнение рисование на тему «Я - дошкольник, я - школьник» (10 минут)

Психолог: Ребята, сейчас я предлагаю вам нарисовать два рисунка: «Я до школы», «Я –школьник» Сделайте так, чтобы сразу можно было догадаться, где какой рисунок, а сам никому не говорите. (дети рисуют)

А теперь покажите вашему соседу по парте ваши рисунки и попробуйте угадать, где какой. (дети работают в парах)

Молодцы!

Упражнение «Рисуем настроение» (5 минут)

Психолог: Возьмите, пожалуйста, карандаши, фломастеры и лист бумаги. Нарисуйте ваше настроение. (дети рисуют)

Итак, теперь повесьте ваши рисунки там, где считаете нужным по цветам, создав коллаж настроения. (дети развешивают рисунки по цветам)

Молодцы!

Заключительная часть.

Упражнение «Спасибо за прекрасный день» (5 минут)

Психолог: Пожалуйста, встаньте в общий круг. Я хочу предложить вам поучаствовать в небольшой церемонии, которая поможет нам выразить дружеские чувства и благодарность друг другу. Встаём в круг, теперь один из вас становится в центр, другой подходит к нему, пожимает руку и произносит: «Спасибо за приятный день!» Оба остаются в центре, по-прежнему держась за руки. Затем подходит третий ученик, берет за свободную руку либо первого, либо второго, пожимает ее и говорит: «Спасибо за приятный день!» Таким образом, группа в центре круга постоянно увеличивается. Когда к вашей группе присоединится последний участник, замкните круг и завершите церемонию безмолвным крепким троекратным пожатием рук.

Молодцы. Спасибо вам за вашу работу! До встречи.

Занятие 3 «Правила школьной жизни»

Цель: знакомство первоклассников с правилами школьной жизни.

Задачи:

1. Содействовать развитию навыкам сотрудничества, доверительного отношения друг к другу, сплотить классный коллектив.
2. Способствовать развитию навыка выражать дружеские чувства.

Ход занятия:

Вводная часть.

Упражнение «Ролевая гимнастика» (5 минут)

Психолог: Ребята, здравствуйте! Сейчас каждый из вас будет ко мне подходить. Я вам буду говорить животное, а вы с помощью мимики и жестов их изображать. Задача класса угадать загаданное животное.

Молодцы!

Основная часть.

Упражнение «Лесные жители» (20 минут)

Ребята, назовите мне животных, которых вы знаете. (ответы детей)

Молодцы, всё верно. А теперь давайте послушаем следующие сказки.

Психолог читает первоклассникам следующие сказки.

Сказка М.А. Панфиловой Создание "Лесной школы"

Жил-был Ежик. Он был маленький, кругленький, серого цвета, с остреньким носиком и черными глазками-пуговками. На спине у Ежика были самые настоящие колючки. Но он был очень добрым и ласковым. А жил Ежик в школе.

Да, в самой обыкновенной школе, где было много детей, которых учили мудрые учителя. Как он сюда попал, Ежик и сам не знал: может быть, какой-то школьник принес его для "живого уголка" еще крохотным, а может, он и родился в школе. Сколько Ежик себя помнил, он всегда вспоминал школьные звонки, теплые руки детей, вкусные угощения и уроки...

Очень нравилось Ежику, как проходили уроки. Вместе с детьми Ежик учился читать, писать, считать, изучал и другие предметы. Конечно, это было незаметно для людей. Им казалось: бегают

Ежик, радуется жизни. А Ежик мечтал...

И мечтал он о том, что, когда вырастет, станет учителем и сможет научить своих лесных друзей всему, что умеет и чему научился сам у людей в школе.

Вот Ежик стал взрослым, и пришла пора осуществиться его мечте. Лесные жители построили настоящую школу, в которой будут учиться зайчата, лисята, волчата, мышата и другие зверята. Учитель-Еж готовил класс к приему первоклассников. В светлой комнате стояли столы, стульчики. На стене висела доска, на которой можно писать мелом. Еж принес учебники - книжки с картинками, которые помогут научить писать, считать.

Сорока принесла в Лесную школу блестящий звонкий колокольчик.

– Зачем ты принесла в школу какую-то игрушку? – спросил у Сороки Сторож-Крот. – Ведь в школе не играют, а учатся!

Сорока важно ответила:

– Меня Еж попросил. Я буду отвечать за звонки.

– А зачем нам звонить? Школа же не пожарная машина! – удивился Крот.

– Эх, ты ничего про школу не знаешь! Если звенит звонок – значит, пора на урок. А если на уроке звонок, значит, пора отдохнуть, дружок! – затрещала Сорока.

– Подожди, Сорока, объясни мне еще разок. Если ребята придут в школу, то, услышав звонок, побегут на урок?

– Да, только не побегут, а подойдут к столикам, будут ждать начала урока, – ответила Сорока.

– Это верно! – подхватил Еж. – Именно так делают настоящие школьники.

– Так наши ребята – зверята могут и не знать эти правила? – заволновался Крот.

– Придут в школу и узнают! – вновь затрещала Сорока.

– Да, – подтвердил Еж, – узнают, как стать школьником, как правильно писать, считать и многое другое.

Еж, Крот и Сорока затихли. В Лесной школе было тихо и свежо. В ожидании первоклассников деревья на школьном дворе принарядились и шелестели своей желто-красной листвой. Казалось, что они тоже разговаривают.

– Пора, пора! – объявляет всему лесу клен.

– В школу, в школу! – шепчет березка.

Ребята, о чём эта сказка? (ответы детей)

Молодцы!

Сказка М.А. Панфиловой «Школьные правила»

На следующий день наши первоклассники спешили в школу. Они смело поднимались по школьным ступенькам, вспоминая события прошлого дня. Когда прозвенел звонок, Еж увидел готовность всех учеников к уроку. Все ребята стояли около своих столиков и улыбались своему Учителю.

– Здравствуйте, садитесь, пожалуйста! – сказал Еж. – Сегодня мы на этом уроке поговорим о правилах. Что такое правило, кто нам скажет?

– Мне мама говорила, – произнесла Белочка, – что существуют правила питания. Например, когда мы кушаем, то надо меньше разговаривать, чтобы лишний воздух не попал в животик.

– А мне папа говорил, – продолжал разговор Волчонок, – что во всем мире живет много правил. Есть правила питания, есть правила игр, поведения: в лесу, на дороге, в гостях и в других местах.

– "Правило" – значит делать правильно" – подвел итог Медвежонок.

– Молодцы! – похвалил всех Учитель. – А зачем нужны эти правила, может быть, и без них можно прожить?

– Наверное, можно, но ведь будешь тогда всегда на своих ошибках учиться, – улыбаясь, произнес Волчонок. – Как мы вчера с Белочкой.

– Да, и неприятностей будет много, – согласилась с другом Белочка. – А я не люблю неприятности.

– Неприятности никто не любит, – подтвердил Учитель. – Поэтому и появились правила, чтобы знать, как лучше жить и со всеми дружить.

– Как у Вас так интересно стихи получаются? – удивился Заяц.

– А мы сейчас вместе стихи сочинять будем о школьных правилах. Согласны, ребята?

– Конечно, согласны! – хором ответили ученики.

– Я буду называть правило, а вы будете из него стихотворение придумывать.

Правило первое: В школе все ученики здороваются, улыбаясь взрослым и друг другу. Готово! – обрадовался Лисенок. – В школе "Здравствуй" говорят и с улыбкой дарят взгляд!

– Отлично, Лисенок!

Второе правило потруднее:

До звонка на урок надо подготовить все необходимое для учебы. А когда прозвенит звонок, каждый ученик ждет приглашения учителя около своей парты.

– Можно я попробую? – предложил Зайчонок.

До звонка ты приходи

И порядок наводи!

По звонку все дружно в ряд

Ждут учителя, стоят!

– Молодец, Зайчонок!

Третье правило: Чтобы узнать новое и многому научиться на уроке, ученики внимательно слушают и выполняют требования учителя. К товарищу с просьбой обращаются редко и только шепотом, а к учителю обращаются, подняв руку.

– Это сложно! Не знаю, подойдет ли то, что я придумал, – проворчал Медвежонок.

Друга зря не беспокой.

Береги его покой.

На уроке тишина.

Руку поднимай тогда, если хочешь отвечать или важное сказать.

– Очень хорошо, Медвежонок!

Правило четвертое: Когда отвечает ученик, подсказки запрещаются, пусть он сам спокойно вспоминает ответ, сам учится думать.

– Это легко! – воскликнул Волчонок.

На уроке ждут ответ.

Кто-то знает, кто-то нет.

Отвечает только тот,

Кого учитель назовет.

– Превосходно! Да вы как настоящие поэмы сочиняете! Еще попробуем?

Правило пятое, оно уже вам знакомо: Играем на перемене в спокойные игры, чтобы все смогли отдохнуть и товарищам не мешать. Да, помните о подготовке к следующему уроку и о порядке на парте, в классе.

– Сейчас моя очередь! – произнесла Белочка.

Вот звонок на перемену,

Приготовься отдыхать:

Можешь с другом прогуляться,

Можешь тихо поиграть,

Подготовь к уроку все,

Чтоб училось нам легко!

– Да, замечательно! Я думаю, что вам будет учиться легко и интересно, раз вы так хорошо справились с этим сложным заданием, – порадовался за своих учеников Еж. – Эти пять правил мы запомним, но существуют и другие правила, с которыми вы познакомитесь позже. А сейчас первое домашнее задание.

Да, в школе задают задания на дом для того, чтобы лучше понять учебный материал, научиться работать самостоятельно, без учителя, без родителей.

Итак, задание такое: придумать стихи про правила поведения за столом, на дороге, в транспорте, в гостях или в других местах. Удачи вам, ребята! (дети выполняют задания)

Молодцы!

Заключительная часть.

Упражнение «Рисуем настроение» (5 минут)

Психолог: Возьмите, пожалуйста, карандаши, фломастеры и лист бумаги. Нарисуйте ваше настроение. (дети рисуют)

Итак, теперь повесьте ваши рисунки там, где считаете нужным по цветам, создав коллаж настроения. (дети развешивают рисунки по цветам)

Молодцы! До новых встреч.

Занятие 4 «У меня первый класс – что делать?»

Цель: просвещение об особенностях и причинах дезадаптации у первоклассников.

Задачи:

1. Актуализировать знаний особенностях первоклассников, о возможных трудностях в период адаптации к условиям образовательной среды.
2. Познакомить педагогов с методами работы с первоклассниками, испытывающие трудности в адаптации условиям образовательной среды.

Ход занятия:

Вводная часть (5 минут)

Психолог: Здравствуйте, меня зовут Марина Эдуардовна. Давайте познакомимся. (педагоги представляют себя)

Очень приятно. Сегодня мы свами заденем важную тему. Адаптация первоклассников к школе.

Основная часть (20 минут)

Психолог: Что же такое адаптация? Адаптация – механизм социализации личности, включение её в систему новых отношений и общественных связей. При поступлении первоклассников в школу он попадает в абсолютно иные условия существования и новый круг общения.

Бывают следующие уровни адаптации. Высокий уровень характеризуется быстрым привыканием ребёнка к школе (в течение 2-6 недель). Средний уровень – ребёнок довольно долго привыкает к школе (2-3 месяца), но не испытывает отрицательных проживаний от её посещений. Низкий уровень – ребёнок испытывает значительные трудности в привыкании к школе, относится к ней отрицательно. Дезадаптация – это нарушение приспособления личности школьника к обучению в школе.

Что меняется в жизни первоклассника: игровая ведущая деятельность сменяется на учебную; меняется социальное окружение; ужесточаются требования к дисциплине; изменяется режим дня ребёнка; ограничивается двигательная деятельность во время уроков.

Рекомендации для педагогов: учитывать трудности адаптационного периода, возрастные особенности в выборе способа подачи материала, терминологии; следите за темпом урока – высокий темп мешает многим детям усваивать материал; не перегружайте ребёнка излишним количеством домашнего задания дозируйте их с учётом способностей ученика; не используйте оценку как средство наказания детей;

замечайте положительную динамику изменений каждого ученика; развивайте навыки самоконтроля у учеников.

Психолог: Итак, давайте обсудим важный момент: как же помочь ребёнку адаптироваться в школе? Ваши варианты. (проходит дискуссия)

Отлично.

Заключительная часть.

Психолог: Итак, наша встреча подходит к концу. Что узнали нового за сегодня? Что возьмёте с собой? Что бы вы добавили в нашу встречу? (ответы педагогов)

Спасибо за обратную связь. Если вопрос больше нет, то я вам сейчас раздам буклеты с рекомендациями по сопровождению первоклассников к условиям образовательной среды школы. До свидания!

Занятие 5 «Зачем ходить в школу»

Цель: создание условий для осознания детьми своего нового статуса.

Задачи:

1. Способствовать осознанию детьми своего нового статуса.
2. Создать условия для понимания детьми о школьных правилах и целях.

Ход занятия:

Вводная часть.

Упражнение «Поздороваться ушами» (5 минуты)

Психолог: Здравствуйте, сегодня мы с вами поздороваемся следующим образом: прикасайтесь друг другу ушами и говорите: «Привет!». (дети выполняют задание)

Молодцы!

Основная часть.

Упражнение «Самый лучший первоклассник» (10 минут)

Психолог: На прошлом занятии мы с вами познакомились со зверятами первоклассниками. А сейчас представьте себе, что ясным сентябрьским утром зверята пришли в лесную школу. На улице светило яркое солнышко, ветерок играл золотыми осенними листьями. Звонок еще не прозвенел, и зверята сидели за своими партами и разговаривали. Им очень нравилось ходить в школу, и каждый из них хотел стать самым лучшим первоклассником.

Давайте с вами попробуем помочь зверятам и каждый из вас получая рисунок зверенка будет говорить почему его подопечный самый лучший первоклассник. (дети выполняют задание)

Молодцы!

Упражнение «Для чего ходят в школу» (10 минут)

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

1. В школу ходят, чтобы играть.
2. В школу ходят, чтобы читать.
3. В школу ходят, чтобы разговаривать с соседом по парте.
4. В школу ходят, чтобы дружить.
5. В школу ходят, чтобы считать.
6. В школу ходят, чтобы писать.
7. В школу ходят, чтобы учиться.
8. В школу ходят, чтобы драться.
9. В школу ходят, чтобы узнать что-то новое на уроке.
10. В школу ходят, чтобы подсказывать одноклассникам.
11. В школу ходят, чтобы похвастаться нарядами.
12. В школу ходят, чтобы выполнять задания учителя.

Психолог: Итак, сегодня мы узнали, что в школу ходят для того, чтобы учиться, чтобы узнать много нового, что может пригодиться в жизни, что в школу ходят, чтобы внимательно слушать учителя, выполнять его задания, чтобы подружиться с ребятами в классе и доброжелательно относиться друг к другу.

Заключительная часть.

Упражнение «Спасибо за прекрасный день» (5 минут)

Психолог: Пожалуйста, встаньте в общий круг. Я хочу предложить вам поучаствовать в небольшой церемонии, которая поможет нам выразить дружеские чувства и благодарность друг другу. Игра проходит следующим образом: один из вас становится в центр, другой подходит к нему, пожимает руку и произносит: «Спасибо за приятный день!» Оба остаются в центре, по-прежнему держась за руки. Затем подходит третий ученик, берет за свободную руку либо первого, либо второго, пожимает ее и говорит: «Спасибо за приятный день!» Таким образом, группа в центре круга постоянно увеличивается. Все держат друг друга за руки. Когда к вашей группе присоединится последний участник, замкните круг и завершите церемонию безмолвным крепким троекратным пожатием рук.

Занятие 6 «Мой друг школьный портфель»

Цель: научить детей порядку, аккуратности, бережному отношению к учебникам и другим школьным вещам.

Задачи:

1. Познакомить первоклассников со школьными принадлежностями.
2. Способствовать развитию памяти, закрепление знаний о школьных предметах.

Ход занятия:

Вводная часть.

Упражнение «Ветер дует на...» (10 минут)

Психолог: Здравствуйте, ребята! Когда я буду говорить «Ветер дует на...» и называть признак, то вы, у кого есть этот признак, встаёте. Начинаем игру! (дети выполняют задание)

Основная часть.

Упражнение «Что мне нужно в школе?»

Психолог: я сейчас буду называть вам загадки, а вы должны будете их угадать.

Начинаем: учащимся загадывает загадки про школьные принадлежности

В снежном поле по дороге

Мчится конь мой одноногий

И на много-много лет

Оставляет черный след.

(Ручка)

Если ты его отточишь,

Нарисуешь все, что хочешь!

Солнце, море, горы, пляж.

Что же это?..

(Карандаш)

Жмутся в узеньком домишке

Разноцветные детишки.

Только выпустишь на волю –

Где была пустота,

Там, глядишь, - красота!

(Карандаши цветные)

Если ей работу дашь –

Зря трудился карандаш.

(Резинка)

То я в клетку, то в линейку,

Написать по ним сумей-ка,

Можешь и нарисовать,

Называюсь я...

(Тетрадь)

В школьной сумке я лежу,

Как ты учишься – скажу.

(Дневник)

Новый дом несут в руке,

Дверцы дома на замке.

Тут жильцы бумажные,

Все ужасно важные.

(Портфель)

Психолог: Молодцы. А теперь скажите: с чем школьник ходит в школу? (Дети отвечают: с портфелем.) Правильно, с портфелем. А что он берет с собой в портфеле? (Дети отвечают: ручки, карандаши, пеналы, учебники, ластик.) Молодцы! А что захотят взять с собой в школу дошкольники? (Дети отвечают: игрушки, куклы, машинки.) А вот послушайте сказку про портфель.

Беседа по сказке М.А. Панфиловой «Собирание портфеля» (10 минут)

После школы все ученики добросовестно выполнили домашнее задание, сочинили стихи-правила. Белочка решила нарисовать свое правило питания в альбомчике. Рисунок получился удачным: цветными карандашами был изображен чистенький первоклассник за столом, он правильно держал ложку, локти и салфетку, а его ротик был закрыт. Белочка немного полюбовалась своей работой. Потом она убрала альбом в портфель и побежала играть с друзьями в лесу...

В школе учитель проверял домашнее задание. Ребята порадовали учителя своими ответами. Только Белочка еще не показала свой рисунок. Она не могла найти альбом в своем портфельчике.

– Может быть, ты расскажешь свое правило, Белочка? – предложил Еж.

– Но мне без рисунка трудно будет вспомнить стишок! Сейчас найду! Я ведь его точно положила! – чуть не плача произнесла Белочка.

– Хорошо, давайте поможем Белочке! – обратился к ребятам Учитель.

Заяц и Волчонок стали помогать ей, вытаскивать все содержимое портфеля на парту, чтобы быстрее найти пропажу. Чего только не было в портфеле у Белочки. Кроме школьных предметов на парте лежали орешки, веточки, бантики, цветочки, фантики от конфет и даже сухие грибы. Еж и ученики с интересом смотрели на все эти сокровища.

– Ой, вот он, мой альбомчик! – обрадовалась находке Белочка.

– Ну, что же, покажи всем, Белочка, свой рисунок, – улыбаясь, произнес Учитель.

Белочка похвасталась своим произведением, прочитала стишок, но вместо ожидаемого восторга почему-то увидела удивление. Дети продолжали рассматривать «раскопки».

– Что вы так смотрите? – обратилась к товарищам Белочка.

– Как же у тебя все это поместилось в школьном портфельчике? – спросил Медвежонок.

– А мне мама пришила много кармашков на портфель, вот поэтому все и влезло! – продолжала хвастаться Белочка.

– Да, твоя мама потрудилась на славу, чтобы дочке удобно было раскладывать школьные предметы по отделениям, по назначениям: ручки в один кармашек, тетрадки в другой, книжки в третий... – пытался объяснить ученице Еж.

– А зачем их так раскладывать? Можно ведь и по-другому: школьные вещи в один кармашек, орешки в другой, конфетки в третий... – продолжала настаивать на своем Белочка.

– Конечно, можно раскладывать и так, но, сколько времени мы потратили на поиск твоего альбома?! – возразил Учитель.

Белочка немного задумалась. А Еж обратился ко всему классу:

– Ребята, а как вы собираете свой портфель, чтобы было удобно готовиться к урокам?

– Я тетрадки и учебники убираю вместе, – поделился своим опытом Волчонок.

– А когда ты их кладешь в портфель или вытаскиваешь, тетрадошки, наверное, сминаются? – предположил Учитель.

– Да, сминаются, – подтвердил Волчонок.

– А я раскладываю все по порядку, по кармашкам, чтобы тетрадошки лежали отдельно, учебники отдельно, карандаши и ручки в другом кармашке, – рассказывал Заяц.

– Это правильно, – похвалил его Учитель. – Ведь нам школьные предметы будут нужны долгое время, поэтому, чтобы их сохранить такими же красивыми, о них приходится заботиться.

– Как это заботиться? Они же не живые! – поинтересовалась Белочка.

Правильно раскладывать, одевать в обложечки, вовремя ремонтировать, лечить. Заботиться, ухаживать за вещами необходимо так же, как за живыми существами, тогда

они будут верно нам служить. А если мы будем к своим вещам равнодушны, то они могут убежать, как посуда в сказке «Федорино горе».

Ребята засмеялись, но потом с грустью посмотрели в свои портфели.

– Я не хочу, чтобы мой портфельчик убежал! – произнес Лисенок.

– И я не хочу! – прошептали все ребята.

– Тогда будем ухаживать, заботиться о своих портфелях, не обременять их лишними вещами, – завершил разговор Учитель.

На перемене каждый ученик проверил свои вещи в портфеле, разгладил смятые листочки в тетрадках, поточил карандашики, распределил все по отделениям.

Упражнение «Я положу в свой в портфель» (5 минут)

Психолог: Ребята, сейчас мы с вами мысленно будем собирать наш портфель. Вы по очереди будете говорить «Я положу в свой портфель...» –и называете какой-нибудь необходимый в школе предмет. Следующий ребенок повторяет то, что назвали до него, и добавляет свой предмет. Начинаем (дети выполняют задание)

Молодцы!

Упражнение «Четвертый лишний» (5 минут)

Психолог: Ребята, сейчас я буду вам показывать картинку, с изображением предметов три из них школьные принадлежности, а четвёртый предмет лишний. Вы должна указать на лишний и объяснить почему.

Психолог: «Спасибо! Теперь мы много знаем про портфель и что в нем должно лежать».

Заключительная часть.

Упражнение «Рисуем настроение» (5 минут)

Психолог: Возьмите, пожалуйста, карандаши, фломастеры и лист бумаги. Нарисуйте ваше настроение. (дети рисуют)

Итак, теперь повесьте ваши рисунки там, где считаете нужным по цветам, создав коллаж настроения. (дети развешивают рисунки по цветам)

Молодцы! До новых встреч.

Занятие 7 «Наш класс – это все мы!»

Цель: Сплочение коллектива, формирование у учащихся дружеского отношения друг к другу как к целостной группе – «класс».

Задачи:

1. Способствовать развитию чувства привязанности, возникновению ощущения групповой сплоченности и самоутверждению.

2. Способствовать развитию взаимодействия между членами группы, дать возможность каждому ребенку представить себя другим детям, сплачивает группу.

Ход занятия:

Вводная часть.

Упражнение «Ласковое имя» (2 минуты)

Психолог: Всем здравствуйте! Сегодня мы будем называть ласковым именем вашего соседа. Начинаем с этой стороны (дети выполняют задание)

Основная часть.

Упражнение «Гусеница» (5 минут)

Психолог: Ребята, сейчас мы с вами будем одной большой гусеницей и будем все вместе передвигаться по этой комнате. Постройтесь цепочкой, руки положите на плечи впереди стоящего. Между животом одного играющего и спиной другого зажмите воздушный шар или мяч. Дотрагиваться руками до воздушного шара (мяча) строго воспрещается! Первый в цепочке участник держит свой шар на вытянутых руках. Таким образом, в единой цепи, но без помощи рук, вы должны пройти по определенному маршруту».

Упражнение «Портрет школьника» (5 минут)

Психолог: Расскажите мне, что значит быть «школьником»? Что для этого нужно делать? Какие вы молодцы. Как вы много знаете! А еще быть настоящим школьником – это значит дружить со своими одноклассниками, помогать им во всем. (ответы детей)

Упражнение «Тропинка» (5 минут)

Психолог: Предлагаю вам такую игру. Встаньте все в затылок за... (психолог выбирает ведущего в этой игре сам: этот ребенок должен быть инициативным и сообразительным). Участники этой игры идут змейкой по воображаемой тропинке в затылок друг за другом, причём ведущий переходит воображаемые препятствия, которые называет в ходе игры психолог: перепрыгивает воображаемые рвы, а остальные дети повторяют его движения. По хлопку психолога ведущий становится в хвост змейки, и ведущим становится второй стоящий в змейке ребенок и т.д.

Упражнение «Наш класс – это все мы!» (10 минут)

Психолог: Смотрите все вместе мы класс. Мы все разные. У каждого из нас свои привычки, увлечения, но мы с вами вместе составляем одно целое. Как лепестки у цветочка. Так давайте сейчас каждый из вас сейчас вырежет свой лепесток, подойдет ко мне назовет свое имя, и мы соберем все лепесточки вместе. Посмотрите, какой у нас получился красивый цветок. Вот какой наш класс – это все мы!

«Мы»

Психолог: Ребята, расскажите какие вы? (ответы детей)

«Вспомним хорошие поступки»

Психолог: Ребята, расскажите, какие поступки являются хорошими? Какие хорошие поступки вы совершили на этой неделе? (ответы детей)

«Мы любим»

Психолог: Ребята, сейчас вы по очереди называете то, что вы любите. А теперь назовите те варианты, которые у вас повторились.

Заключительная часть.

Упражнение «Спасибо за прекрасный день» (5 минут)

Психолог: Пожалуйста, встаньте в общий круг. Я хочу предложить вам поучаствовать в небольшой церемонии, которая поможет нам выразить дружеские чувства и благодарность друг другу. Встаём в круг, теперь один из вас становится в центр, другой подходит к нему, пожимает руку и произносит: «Спасибо за приятный день!» Оба остаются в центре, по-прежнему держась за руки. Затем подходит третий ученик, берет за свободную руку либо первого, либо второго, пожимает ее и говорит: «Спасибо за приятный день!» Таким образом, группа в центре круга постоянно увеличивается. Когда к вашей группе присоединится последний участник, замкните круг и завершите церемонию безмолвным крепким троекратным пожатием рук.

Молодцы. Спасибо вам за вашу работу! До встречи.

Занятие 8 «Мой ребёнок – первоклассник, что делать?».

Цель: повысить психолого-педагогическую культуру родителей на тему трудностей первоклассников в период адаптации (особенности, пути решения).

Задачи:

1. Актуализировать знания родителей об особенностях первоклассников, о возможных трудностях в период адаптации к условиям образовательной среды.
2. Познакомить родителей с методами работы с детьми, испытывающие трудности в адаптации к условиям образовательной среды.

Ход занятия:

Вводная часть.

Психолог: Здравствуйте, дорогие родители. Меня зову Марина Эдуардовна и сегодня мы поговорим про адаптацию первоклассников. Пожалуйста, представьтесь мне и друг другу. (родители представляются)

Основная часть.

Психолог: Проблема адаптации первоклассников в школе является актуальной для всей системы образования. Приходя в школу, попадая в новую для себя ситуацию,

практически все дети переживают и волнуются. Выражается это по-разному: одни стараются всячески привлечь к себе внимание и действительно привлекают его своей подвижностью и не всегда оправданной активностью, другие, наоборот, как будто замирают, говорят тише, чем обычно, с трудом вступают в контакт с другими детьми и учителем. При всем многообразии различных проявлений поведения детей в период адаптации, можно сказать, что все будущие первоклассники в этот нелегкий для них период нуждаются в помощи и поддержке со стороны взрослых - учителя и родителей.

Одна из приоритетных целей, которую должна решать начальная школа на современном этапе это сохранение, поддержка и развитие индивидуальности ребенка.

Таким образом, задача модернизации начальной школы становится более актуальной в связи со всеобщим переходом на четырехлетнее начальное образование и началом массового обучения с 6 - 6,5 лет, поэтому адаптация первоклассников в школе является проблемой в условиях модернизации российского образования.

Проблема адаптации первоклассников к школе.

В последнее время в литературе уделялось много внимания вопросу о выделении категории детей, не готовых к школьному обучению и имеющих трудности школьной адаптации в 1 классе. И эта проблема по-прежнему актуальна.

Психологическая адаптация, понимается как адекватное включение ребенка в новую социальную ситуацию, является важным фактором стабилизации социальной ситуации развития, существенно влияет на развитие личности ребенка. Поступление ребенка в школу требует от него перестройки всех представлений и отношений с окружающими людьми. Было выявлено, что характер и особенности общения ребенка со взрослым и сверстниками решающим образом определяют динамику адаптации ребенка к детскому учреждению.

Согласно взглядам Д.Б. Эльконина, при поступлении ребенка в школу, у него возникает симптом, рассекающий дошкольный и младший школьный возрасты и становится «симптомом потери непосредственности»: между желанием что-то сделать и самой деятельностью возникает новый момент -ориентировка в том, что принесет ребенку осуществление той или иной деятельности. Это - внутренняя ориентация в том, какой смысл может иметь для ребенка осуществление деятельности: удовлетворение или неудовлетворение от того места, которое ребенок займет в отношениях со взрослыми или другими людьми. Здесь впервые возникает эмоционально-смысловая ориентировочная основа поступка. Особого внимания в адаптационный период требуют «неорганизованные» дети, которые до школы воспитывались дома и их общение с «чужими» взрослыми было ограничено. В таких случаях ребенок был чаще до школы

со «всепозволяющими» мамой и бабушкой, чересчур снисходительными к капризам и желаниям, либо абсолютно без присмотра взрослых (дети из асоциальных семей). В этом случае взрослые не всегда могли настоять на своем, потребовать выполнения того, что не очень нравилось ребенку, поэтому перестроиться ему в школе бывает очень трудно.

Адаптация к школе – перестройка познавательной, мотивационной и эмоционально-волевой сфер ребенка при переходе к систематическому организованному школьному обучению. Благополучное сочетание социальных внешних условий ведет к адаптированности, неблагоприятное к дезадаптации.

Основными особенностями систематического школьного обучения являются следующие: во-первых, с поступлением в школу ребенок начинает осуществлять общественно оцениваемую деятельность – учебную деятельность; во-вторых, школьное обучение требует обязательного выполнения ряда для всех одинаковых правил, которым подчинено все поведение ученика во время его пребывания в школе.

Для многих детей поступление в школу может стать трудным испытанием. Хотя бы с одной из следующих проблем сталкивается каждый ребенок:

режимные трудности (они заключаются в относительно низком уровне произвольности регуляции поведения, организованности);

коммуникативные трудности (чаще всего наблюдаются у детей, имеющих малый опыт общения со сверстниками, проявляются в сложности привыкания к классному коллективу, к своему месту в этом коллективе);

проблемы взаимоотношений с учителем;

проблемы, связанные с изменением семейной обстановки..

Нарушения адаптационного процесса к школе могут проявляться в виде:

несформированности элементов учебной деятельности;

несформированности мотивации учения;

неспособности произвольной регуляции поведения, внимания, учебной деятельности;

неумения приспособиться к темпу школьной жизни.

Что же является наиболее сложным для будущих первоклассников?

Прежде всего, им очень непросто сориентироваться в пространстве школы, оно незнакомо для них. Со временем школа станет привычным местом, но должно пройти некоторое время, чтобы это произошло.

Будущим первоклассникам неизвестны многие правила поведения ученика в школе, на уроках, и необходимо какое то время, чтобы даже самые элементарные

правила (например, о том, что нельзя кричать с места, а надо поднять руку и ждать, пока, учитель спросит) стали привычными. Что касается правил поведения в школе, то их предъявление может вызвать у детей некоторое сопротивление. Это связано с тем, что им далеко не всегда понятно, зачем они нужны, а потому первоклассникам сложно принять эти правила и контролировать с их помощью свое поведение. Часто учителю достается роль внешнего контролера, регулярно напоминающего о правилах и вынужденного применять санкции к нарушителям. В этом случае большая часть первоклассников подчиняется правилам под давлением внешнего контроля и с удовольствием нарушает их, как только внешний контроль ослабевает.

Кроме того, будущим первоклассникам предстоит познакомиться друг с другом и построить свои отношения с одноклассниками. Часто затрудненные отношения со сверстниками замедляют процесс адаптации, так как, прежде всего адаптация заключается в появлении ощущения знакомого и привычного в прежде незнакомых условиях, незнакомой обстановке.

Следует отметить, что в период адаптации проявляются негативные изменения в поведении детей. Это может быть чрезмерное возбуждение и даже агрессивность, а может быть наоборот заторможенность, депрессивность. Может возникнуть и чувство страха, нежелание идти в школу и т.д. Изменение в поведении, как правило, отражают особенности психологической адаптации ребенка к школе.

Одна из основных задач, которые ставит перед ребенком школа, это необходимость усвоения им определенной суммы знаний, умений и навыков. И не смотря на то, что желание учиться практически одинаково у всех детей, реальная готовность к обучению очень различна. Поэтому у ребенка с недостаточным уровнем интеллектуального развития, с плохой памятью, с низким уровнем развития произвольного внимания, воли и других качеств, необходимых при обучении, будут самые большие трудности в процессе адаптации.

Суммируя факторы психологической адаптации ребенка, можно сказать, что основными показателями благоприятной адаптации являются: формирование адекватного поведения, установление контактов с учащимися, учителем, овладение навыками учебной деятельности.

Конечно, и учитель, и родители заинтересованы в том, чтобы дети как можно быстрее и успешнее вошли в школьную жизнь, чтобы высокий уровень внутренней напряженности уступил место ощущению эмоционального комфорта.

Нам представляется возможным в значительной степени смягчить и ускорить процесс адаптации будущих первоклассников к школе. Для этого важно дать им

возможность осознать, каким правилам поведения в школе они должны следовать, почему это важно, кого называют школьниками, подготовить к регулярному обучению в школе.

Таким образом, поступление в школу знаменует перелом в социальной ситуации развития ребенка. Став школьником, ребенок получает новые права и обязанности и впервые начинает заниматься общественно значимой деятельностью, от уровня выполнения которой зависит его место среди окружающих и его взаимоотношения с ними.

Готовность ребенка к школе.

Готовность ребенка к школьному обучению – сложное системное образование, включающее помимо предметно – специфической готовности психологическую готовность, предполагающую сформированность социальных и познавательных мотивов и определенный уровень развития общения; развития произвольности как умения ребенка планировать, регулировать контролировать свою деятельность в соответствии с принятым образцом; определенный уровень развития наглядно-образного мышления и начальных форм дискурсивного.

Несмотря на то, что в психологии нет единой точки зрения на природу готовности, ее структуру, можно утверждать, что все исследователи сходятся во мнении, что готовность к школьному обучению не сводится к наличию у ребенка системы некоторых исходных знаний, умений и навыков. Общепринятой является точка зрения о том, что готовность к школьному обучению предполагает разностороннее развитие личности ребенка. Это целый комплекс свойств и характеристик, описывающих наиболее значимые достижения в развитии ребенка в дошкольный период. Так, существует педагогическая и психологическая готовность детей к обучению в школе.

Педагогическая готовность – это запас знаний, умений и навыков, имеющийся у ребенка к моменту поступления в школу. Под этим, как правило, подразумевается умение читать, считать, пересказывать. Информация такого рода нужна учителям начальных классов, через руки которых проходит огромный поток 6-7 – леток при записи в школу. Она может быть полезна учителю при планировании уроков. Но эта информация не дает прогноза обучения даже на ближайшее время.

Психологическая готовность – это качественное своеобразие интеллектуального развития ребенка и некоторые особенности его личности, без которых невозможно успешно обучаться в массовой школе. Составители школьных учебных программ, как правило, рассчитывают на наличие у детей определенного уровня интеллектуального и

личностного развития. Поэтому наличие этого уровня чрезвычайно важно при приеме ребенка в школу.

Готовность к школе формируется постепенно в общении со взрослыми и сверстниками, в игре, в дошкольном обучении, в посильном труде, т.е. подготавливается всем ходом жизни ребенка. Однако главная цель изучения готовности не сводится к оценке успешности развития ребенка в дошкольном возрасте. Изучение готовности – это попытка спрогнозировать возможности, особенности ребенка в следующем возрастном периоде – младшем школьном возрасте. Таким образом, готовность к обучению – это не только и не столько итог дошкольного развития, сколько исходный уровень развития младшего школьника.

Готовить ребенка к школе – это значит не только обеспечить количество определенных представлений, но и формировать качественные мыслительные способности. Рассматривают готовность к школе в таких сферах, как интеллектуальная, личностная и социально-психологическая, волевая.

Интеллектуальная готовность ребенка к школе.

К старшему дошкольному возрасту, дети приобретают определенный кругозор, запас конкретных знаний, овладевают некоторыми рациональными способами обследования внешних свойств предметов. Детям доступно понимание общих связей, принципов и закономерностей, лежащих в основе научного знания. Но не следует в то же время переоценивать их умственные возможности. Логическая форма мышления еще не характерна для них. Даже приобретая черты обобщенности, мышление остается образным, опирающимся на реальные действия с предметами и их «заместителями».

Интеллектуальная готовность к школе предполагает так же формирование у ребенка определенных умений. К ним, прежде всего, относится умение выделить учебную задачу и превратить ее в самостоятельную цель деятельности. Такая операция требует от поступающего в школу ребенка способности удивляться и искать причины замеченного им сходства и различия предметов, их новых свойств.

Обобщая вышесказанное и учитывая возрастные особенности развития познавательной сферы ребенка, можно говорить, что развитие интеллектуальной готовности к обучению в школе предполагает:

- дифференцированное восприятие;
- аналитическое мышление (способность постижения основных признаков и связей между явлениями, способность воспроизвести образец);
- логическое запоминание;
- интерес к знаниям, процессу их получения за счет дополнительных усилий;

- овладение на слух разговорной речью и способность к пониманию и применению символов;

- развитие тонких движений руки и зрительно-двигательных координаций.

Личностная и социально-психологическая готовность к школе.

Подготовка ребенка к школе включает формирование у него готовности к принятию новой социальной позиции - положение школьника, имеющего круг важных обязанностей и прав, занимающего иное, по сравнению с дошкольниками, положение в обществе. Эта личностная готовность выражается в отношении ребенка к школе, к учебной деятельности, к самому себе. Если ребенок не готов к социальной позиции школьника, то даже при наличии необходимого запаса умений и навыков ему будет трудно в школе. Личностная и социально-психологическая готовность к школе включает и формирование у детей таких качеств, которые помогали бы им общаться с одноклассниками, с учителем. Каждому ребенку необходимо умение войти в детское общество, действовать совместно с другими, уступать в одних обстоятельствах и не уступать в других. Эти качества обеспечивают адаптацию к новым социальным условиям.

Дети, предпочитающие играть со взрослыми, не способны долго слушать учителя. Часто отвлекаются на посторонние раздражители. Они, как правило, не выполняют задания учителя, а заменяют их своей собственной задачей. Поэтому успешность решения задач у таких детей крайне низкая. И, напротив, дети, которые в свободном обращении могут отвлекаться в конкретной ситуации и общаться со взрослыми на более и менее общие темы, более внимательны во время занятий, с интересом выслушивают задания взрослого и старательно их выполняют. Успешность решения задач у таких детей значительно выше.

Анализируя предпосылки, необходимые для успешного овладения учебной деятельностью, выделяют следующие параметры:

- умения детей сознательно подчинить свои действия правилу, обобщенно определяющему способ действия;

- умение ориентироваться на заданную систему требований;

- умение внимательно слушать говорящего и точно выполнять задания, предлагаемые в устной форме;

- умение самостоятельно выполнить требуемое задание по зрительно воспринимаемому образцу.

Таким образом, данный компонент предполагает развитие у детей потребности общения с другими, умение подчиняться интересам и обычаям детской группы,

развивающиеся способности справляться с ролью школьника в ситуации школьного обучения.

Волевая готовность к школе.

К шести годам происходит оформление основных элементов волевого действия: ребенок способен поставить цель, принять решение, наметить план действия, исполнить его, проявить определенное усилие в случае преодоления препятствия, оценить результат своего действия. Но все эти компоненты волевого действия еще недостаточно развиты. Выделяемые цели не всегда осознанны и устойчивы, удержание цели зависит от трудности задания, длительности его выполнения.

Первостепенное значение в формировании воли имеет воспитание мотивов достижения цели. Формирование у детей небоязни трудностей (принятия их), стремление не пасовать перед ними, а разрешать их, не отказываться от намеченной цели при столкновении с препятствиями поможет ребенку самостоятельно или при незначительной помощи преодолеть трудности, которые возникнут у детей в первом классе.

Таким образом, готовность к школе проявляется в том, что дети считают в школе главным, ценным, достойным. Готовые к обучению дети думают и хотят от школы того, к чему их подготовили, им нравится считать, читать и писать. Когда ребенок радуется тому, что он узнал, чему научился, можно сказать, что он действительно стал школьником.

Памятки для родителей “Необходимые условия успешного воспитания и обучения школе.”

Уважаемые родители!

1. Организуйте, пожалуйста, уголок школьника, поддерживайте в нём порядок.
2. Перед началом выполнения домашнего задания выключите радио, телевизор.

Не мешайте детям излишними замечаниями, громкими разговорами.

3. Не сидите с ребёнком за уроками, но ежедневно проверяйте их. Учите задания выполнять быстро, чётко, не отвлекаясь.

4. Научите ребёнка обстоятельно готовиться к завтрашнему дню:

- собрать школьные принадлежности;
- подготовить обувь, одежду.

5. Рационально организуйте режим дня:

- уроки готовить в установленное время, в проветренном помещении;
- отдыхать на свежем воздухе;
- вовремя ложиться спать.

– телевизор (компьютер) смотреть не более 1 часа.

6. К делам детей относитесь внимательно, доброжелательно, но вместе с тем, будьте требовательны к результатам его деятельности.

7. С самого начала учения вселяйте в детей веру и оптимизм: “Неудачи временны. То, что не получилось сегодня, получится завтра.”

Несколько советов психолога «Как прожить хотя бы один день без нервотрёпки».

Будите ребёнка спокойно. Проснувшись, он должен увидеть Вашу улыбку и слышать ваш голос.

Не торопитесь. Умение рассчитать время – Ваша задача. Если вам это плохо удаётся, вины ребёнка в этом нет.

Не прощайтесь, предупреждая и направляя: «Смотри, не балуйся!», «Чтобы сегодня не было отметок!». Пожелайте удачи, найдите несколько ласковых слов.

Забудьте фразу: «Что ты сегодня получил?». Встречая ребёнка после школы, не обрушивайте на него тысячу вопросов, дайте немного расслабиться, вспомните, как Вы сами чувствуете себя после рабочего дня.

Если Вы видите, что ребёнок огорчён, молчит – не допытывайтесь; пусть успокоится и тогда расскажет всё сам.

Выслушав замечания учителя, не торопитесь устраивать взбучку. Постарайтесь, чтобы Ваш разговор с учителем проходил без ребёнка.

После школы не торопитесь садиться за уроки. Ребёнку необходимо 2 часа отдыха. Занятия вечерами бесполезны.

Не заставляйте делать все упражнения сразу: 20 минут занятий – 10 минут перерыв.

Во время приготовления уроков не сидите «над душой». Дайте ребёнку работать самому. Если нужна Ваша помощь – наберитесь терпения: спокойный тон, поддержка необходимы.

В общении с ребёнком старайтесь избегать условий: «Если ты сделаешь, то...».

Найдите в течение дня хотя бы полчаса, когда будете принадлежать только ребёнку.

Выбирайте единую тактику общения с ребёнком всех взрослых в семье. Все разногласия по поводу педтактики решайте без него.

Будьте внимательны к жалобам ребёнка на головную боль, усталость, плохое самочувствие. Чаще всего это объективные показатели переутомления.

Учтите, что даже «большие дети» очень любят сказку перед сном, песенку, ласковое поглаживание. Всё это успокоит ребёнка и поможет снять напряжение, накопившееся за день.

Психолог: Давайте обсудим тему, что же ещё может помочь в адаптации первоклассников к школе, а что наоборот, мешает? (дискуссия с родителями)

Заключительная часть.

Психолог: Итак, наша встреча подходит к концу. Что узнали нового за сегодня? Что возьмёте с собой? Что бы вы добавили в нашу встречу? (ответы педагогов)

Спасибо за обратную связь. Если вопрос больше нет, то я вам сейчас раздам буклеты с рекомендациями по сопровождению первоклассников к условиям образовательной среды школы. До свидания!

Занятие 9 «Настроение в школе»

Цель: снизить уровень тревожности у первоклассников.

Задачи:

1. Повысить у первоклассников уверенность в себе и своих возможностях.
2. Познакомить учащихся с эмоциями.

Ход занятия:

Вводная часть.

Упражнение: «Дождик» (5 минут)

Психолог: «Посмотрите, что-то падает с неба. Вытяните левую руку, откройте ладошку. Вытяните правую руку, откройте ладошку. Поймайте ладошками капельки дождя. Потянитесь вверх. Глубоко вдохните. Опустите руки вниз, стряхните капельки с ладошек. Выдохните. Повторим ещё раз. (дети выполняют задание)

Основная часть.

Упражнение «Угадай настроение» (5 минут)

Психолог: Ребята, посмотрите портреты людей с различным настроением. Вы должны угадать, какое у них настроение? Почему вы так решили? (ответы детей)

Упражнение «Изобрази настроение» (5 минут)

Психолог: Ребята, сейчас вам нужно вытянуть жетон, на котором изображена та или иная эмоция, которую вы должны изобразить. Другие отгадывают. (дети выполняют задание)

Упражнение «Хрустальное путешествие» (10 минут)

Психолог: Сядьте удобно, расслабьтесь, закройте глаза. Представьте себе следующее. Вы входите в весенний яблоневоый сад, медленно идёте по аллее, вдыхая запах нежных бело-розовых цветов и наслаждаясь им. По узкой тропинке вы подходите

к калитке, открываете ее и попадаете на душистый зеленый луг. Мягкая трава качается, приятно жужжат насекомые, ветерок ласкает ваше лицо, волосы... Перед вами озеро... Вода прозрачна и серебриста, гоняются друг за другом солнечные зайчики. Вы медленно идете к острову, идете по берегу вдоль озорного ручейка и подходите к водопаду... Вы входите в него, и сияющие струи очищают вас, наполняют силой и энергией... За водопадом –грот, тихий, уютный, в нем вы остаетесь один на один с собой. А теперь пора возвращаться. Мысленно проделайте весь свой путь в обратном направлении, выйдите из яблоневого сада и только тогда откройте глаза.

Заключительная часть.

Упражнение «Спасибо за прекрасный день» (5 миинут)

Психолог: Пожалуйста, встаньте в общий круг. Я хочу предложить вам поучаствовать в небольшой церемонии, которая поможет нам выразить дружеские чувства и благодарность друг другу. Встаём в круг, теперь один из вас становится в центр, другой подходит к нему, пожимает руку и произносит: «Спасибо за приятный день!» Оба остаются в центре, по-прежнему держась за руки. Затем подходит третий ученик, берет за свободную руку либо первого, либо второго, пожимает ее и говорит: «Спасибо за приятный день!» Таким образом, группа в центре круга постоянно увеличивается. Когда к вашей группе присоединится последний участник, замкните круг и завершите церемонию безмолвным крепким троекратным пожатием рук.

Молодцы. Спасибо вам за вашу работу! До встречи.

Занятие 10 «Что такое грусть»

Цель: способствовать развитию умения экологично проявлять свои чувства и эмоции.

Задачи:

1. Установить взаимоотношения в группе.
2. Способствовать адаптации к групповым нормам.

Ход занятия:

Вводная часть.

Упражнение «Эмоции» (10 минут)

Психолог: Здравствуйте. Сегодня мы с вами сыграем роль грустного человека. Изобразите его лицо.

А теперь посмотрите на фотографии этих людей. Выберите грустных людей.
(ответы детей)

Расскажите, как вы понимаете, что человек грустит? (ответы детей)

Основная часть.

Упражнение «Грустный рисунок» (10 минут)

Психолог: Нарисуйте на своих листах, что вызывает чувство грусти. Это могут быть абсолютно разные варианты. (дети рисуют)

А теперь покажите свой рисунок и расскажите о нём. (ответы детей)

Упражнение «Необычное рисование» (15 минут)

Психолог: Выберите лист того цвета, который у вас ассоциируется с грустью. Теперь вы можете на нём рисовать чем угодно, даже манной крупой. (дети рисуют)

А теперь посмотрите на свои рисунки и расскажите о нём классу. (ответы детей)

Окончание занятия. Детям показывают выполненные ими на данном занятии работы, позволяют им полюбоваться своими работами.

Заключительная часть.

Психолог: Расскажите о ваших впечатлениях о сегодняшнем занятии, что вам понравилось больше всего? (ответы детей)

Занятие 11 «Что такое радость»

Цель: создать условия для выражения положительных эмоций (радости), расширение сферы получения положительных эмоций путем обсуждения и обмена опытом.

Задачи:

1. Способствовать развитию самоконтроля.
2. Способствовать развитию умения выражать положительные эмоции.

Ход занятия:

Вводная часть.

Упражнение «Фотографии» (10 минут)

Психолог: Ребята, посмотрите на фотографии этих людей. Выберите радостных людей. (ответы детей)

Расскажите, как вы понимаете, что человек рад? (ответы детей)

Основная часть.

Задание «Рисунок радостного человечка» (15 минут)

Психолог: Ребята, а сейчас мы с вами нарисуем то, что может радовать человечка. Это может быть всё, что угодно. У каждого своё понимание о том, что может радовать. Приступайте. (дети рисуют, далее идёт обсуждение рисунков)

Упражнение «Красивый рисунок» (25 минут)

Психолог: А теперь вы будете рисовать все вместе на 1 рисунке, да так, чтобы вы могли сказать «Вот это красота!». Губками вы рисуете фон будущего рисунка все вместе. После этого вы рисуете то, что может приносить радость. (дети рисуют)

Как вам рисовать в команде? Какие эмоции испытывали?

Заключительная часть.

Психолог: Расскажите о ваших впечатлениях о сегодняшнем занятии, что вам понравилось больше всего? (ответы детей)

Занятие 12 «Что такое страх»

Цель: создать условия для осознания детьми их страхов и способов их преодоления.

Задачи:

1. Создать условия для определения страхов детей.
2. Способствовать развитию управления своими страхами.

Ход занятия:

Вводная часть.

Упражнение «Страхи» (5 минут)

Психолог: Ребята, сегодня нам Бармалей оставил фотографии разных событий из которых нужно выбрать самые страшные и пугающие для человека (авария, темный лес, паук, кладбище, приведения, колдуны, самолеты, замкнутое пространство, одиночество, мистические персонажи, травма, болезнь, визит врача, укол, война, пожар, катастрофа, большие животные и др.). Почему вы выбрали именно эти картинки? Почему они пугают вас? А других? (ответы детей)

Психолог: А теперь вы сами можете попробовать испугать страшилку, который хотел напугать вас своими страшными картинками! Для этого нарисуем с вами страшные маски. Вот маски и готовы, теперь надеваем их и играем в страшилку. (дети выполняют задание)

Основная часть.

Упражнение «Нарисуй свой страх» (10 минут)

Психолог: Теперь, когда вы напугали страшилку, победили его, у вас есть силы, чтобы победить свои страхи! Первое, что надо сделать, чтобы справиться со страхами – это нарисовать их. Я уверена, вы справитесь с этим! (дети рисуют)

Что нарисовано? Какие чувства и эмоции они вызывают у вас сейчас и во время процесса? (ответы детей)

Упражнение «Обезвреживание страха» (10 минут)

Психолог: Сейчас, когда вы сделали первый шаг к победе над страхами, нарисовав их, я предлагаю их полностью обезвредить! Вы можете перерисовать свой рисунок, чтобы он перестал быть страшным, можете его порвать, потоптать, выбросить, скомкать. А потом нарисовать новый бесстрашный рисунок». Обычно это упражнение

очень нравится детям, поскольку они получают возможность в безопасной обстановке отреагировать свои укоренившиеся негативные аффекты «здесь и сейчас. (дети выполняют задание)

Вы сегодня стали намного сильнее и освободились от своих страхов. Молодцы!

Заключительная часть.

Психолог: Расскажите о ваших впечатлениях о сегодняшнем занятии, что вам понравилось больше всего? (ответы детей)

Занятие 13 «Удивление»

Цель: рассказать об эмоции «удивление» и почему оно возникает.

Задачи:

1. Создать условия для развития отношения партнёрства и сотрудничества в классе.
2. Способствовать обогащению сенсорного опыта и развитию зрительного восприятия.
3. Способствовать развитию познавательного интереса и умения наблюдать.

Ход занятия:

Вводная часть.

Упражнение «Космический корабль» (10 минут)

Психолог: Для того, чтобы мы могли отправиться в фантастическое космическое путешествие, нам нужно совместными усилиями нарисовать наш космический корабль. (дети рисуют)

Молодцы! Вы хорошо подготовились к нашему путешествию!

Упражнение «Звездное небо» (5 минут)

Психолог: Вы вместе сделали космический корабль, теперь нужно создать звездное небо. Каждый из вас сейчас по очереди разбрызгивает краски пульверизатором. (дети выполняют задание)

Упражнение «Новая планета и ее жители» (15 минут)

Психолог: Сейчас, когда у нас есть свой корабль, есть звездное небо, нам нужно создать новые планеты и их жителей. Сейчас вы манной крупой будете рисовать свою планету. (дети выполняют задание)

Теперь разукрасьте их и придумайте, кто на них живёт и чем они занимаются. (дети рисуют)

Упражнение «Карта звездного неба» (15 минут)

Психолог: Наше путешествие в космическом пространстве постепенно подходит к концу. Вам нужно «поселить» ваши планеты на звездное небо и проложить путь, по

которому будет двигаться ваш космический корабль. Вырежьте свои планеты и наклейте их на звёздное небо. Теперь давайте согласуем линию полёта нашей ракеты. Вперёд!

Заключительная часть.

Психолог: Сегодня мы вместе с вами побывали в фантастическом космическом путешествии, мы открыли много нового и удивительного! Смогли сами создать космический корабль, звёздное небо, планеты и их жителей! Это было очень увлекательно. Как вам сегодняшнее занятие?

Занятие 14 «Что такое злость»

Цель: содействие осознанию негативных эмоций (злость), демонстрация выражения отрицательных эмоций в творчестве путем применения изобразительных средств.

Задачи:

1. Познакомить детей с эмоцией «злость», научить распознавать её по телесным и мимическим проявлениям.
2. Способствовать развитию умения выражения своих эмоций в символической, образной форме, в частности чувства гнева.

Ход занятия:

Вводная часть.

Упражнение «Злость» (5 минут)

Психолог: Как вы думаете, что такое злость? Из-за чего люди злятся? Есть разница между злым и разозлившимся человеком? (ответы детей)

Теперь выберите из картинок и фотографий лиц людей выбрать те, на которых люди злятся. Покажите эту эмоцию на себе. Почему могут злиться люди, изображенные на картинках? Что их могло разозлить? Из-за чего, бывает, злитесь вы, ребята? (5-7 мин).

Основная часть.

Упражнение «Злые линии» (5 минут)

Психолог: Представьте, что карандаши «перессорились» и теперь злятся. Как, по вашему мнению, будут выглядеть «злые» линии, нарисованные такими карандашами? Нарисуйте «злые» линии. (дети рисуют)

Упражнение «Злые и радостные рисунки» (10 минут)

Психолог: сейчас я раздам вам рисунки, а вы их рассортируете по принципу «радостные», «злые» и «обычные» рисунки. (дети выполняют задание)

Дайте общее название стопки «злых» рисунков.

Упражнение «Нарисуй злость» (15 минут)

Психолог: А теперь предлагаю вам нарисовать свою злость. (дети рисуют)

Что вы чувствовали во время процесса? (ответы детей)

Заключительная часть.

Психолог: Сегодня мы с вами обсуждали еще одну эмоцию, которую свойственно ощущать человеку. Все выражают свои эмоции по-разному, и в последнем задании каждый из вас отразил по-своему чувство злости. У каждого своя злость. Вы все отлично справились с заданием, в итоге получились необычные работы. Как вам сегодняшнее занятие?

Занятие 15 «Мой портрет»

Цель: закрепление положительных изменений, возникших в групповой работе у детей, а также осмысление детьми того опыта, который они приобрели в группе.

Задачи:

1. Способствовать развитию воображения и способности определять эмоции по изображениям.
2. Способствовать формированию позитивных жизненных целей и развитие мотивации к их достижению.

Ход занятия:

Вводная часть.

Упражнение «Автопортрет в кругу» (10 минут)

Психолог: Я попрошу вас нарисовать свой портрет, но не как обычно на листе, а в кругу, который очерчен на ваших листах бумаги. (дети выполняют задание)

Какие они? Они нравятся вам? (ответы детей)

Упражнение «Нарисуй цветок» (15 минут)

Психолог: Каждый из вас на наших занятиях смог лучше узнать себя, свои положительные, хорошие качества и способности. Я предлагаю каждому нарисовать прекрасный цветок, каждый листик и лепесток которого будет обозначать ваше хорошее качество или особенность. (дети рисуют)

Расскажите друг другу о вашем рисунке. (дети обсуждают в группе).

Упражнение «Моя мечта» (15 минут)

Психолог: Вы стали более открытыми, активными, умеете лучше ладить друг с другом, теперь вы многого можете добиться сами, перед вами открыт весь мир. И я предлагаю вам сейчас подумать о том, о чем вы мечтаете. И когда вы придумаете свою мечту, то нарисуйте ее на бумаге! (дети рисуют)

А теперь расскажите о своём рисунке. (дети обсуждают в группе)

Заключительная часть.

Психолог: Сегодня мы закончили наши занятия, где вы приобрели новый опыт, знания и творческие успехи. Наши занятия завершаются, но ваши творческие открытия только начинаются, ведь жизнь полна интересных и ярких событий. Я уверена, теперь вы сможете находить больше удивительных и прекрасных моментов в своей жизни!

Занятие 16 «Первоклассник – это здорово»

Цель: закрепление позитивного эмоционального отношения к школе и обучению.

Задачи:

1. Способствовать созданию позитивного эмоционального отношения к школе и обучению.

Ход занятия:

Вводная часть.

Упражнение «Свеча» (5 минут)

Добрый день, ребята! Я очень рада встрече с вами. Давайте поприветствуем друг друга необычным способом. Сейчас каждый из вас будет передавать свечу, которая излучает тепло. Подарите теплоту ваших сердец друг другу, передавая свечу соседу, справа со словами “Я рада тебя видеть!”.

Основная часть.

Упражнение «Волшебная подушка для первоклассника» (5 минут)

Психолог: Я принесла волшебную подушку. Каждый по очереди может на нее сесть и рассказать нам о себе, что у него поменялось в жизни, когда он стал первоклассником. Тот, кто сидит на подушке, будет всегда начинать рассказ словами: «Теперь я первоклассник и у меня...» Все остальные будут внимательно его слушать.

Упражнение «Остров первоклассников» (5 минут)

Психолог: Закройте глаза, сделайте глубокий вдох – выдох. Представьте себе солнечный осенний день. Вы плывете на красивом паруснике. Волны покачивают его из стороны в сторону. И вот на горизонте видите остров. Вы подплываете к нему, и обнаруживаете, что этот остров очень большой, на нем много травы, деревьев, но он необитаем. Сейчас мы с вами будем создавать из этого острова красивый остров первоклассников. Представьте, какой он должен быть. Представили? Откройте глаза и посмотрите на остров, который нарисован на доске. Похож этот остров на тот который вы себе представили. (Нет) Ну тогда давайте вместе создадим из этого невзрачного необитаемого острова, свой красивый обитаемый остров первоклассников.

Упражнение «Прекрасный сад» (5 минут)

Психолог: закройте глаза и представьте себе цветок. Каким бы ты был? Какие листья, стебель, а может быть шипы? Высокий или низкий? Яркий или не очень? А теперь после того, как все представили это – нарисуйте свой цветок. Всем раздается бумага, карандаши, фломастеры. (дети рисуют)

Вырежьте свой цветок и приклейте на остров. Создавая тем самым на нем прекрасный сад. Полюбуйтесь садом. Как вам он? (ответы детей)

Упражнение «Огонь» (5 минут)

Психолог: Вот и ожил наш остров, и стало веселее. Ребята, свое настроение можно выразить словами, а можно обойтись и без слов. Давайте выразим свое настроение в движении, изображая фигуры. Мы сейчас будем двигаться под веселую музыку, прыгать, танцевать – на слово “Огонь!”, а по сигналу: “1,2,3-замри!” – вы должны изобразить фигуру, которая соответствует вашему настроению (Дети двигаются под музыку и по команде изображают фигуры)

Упражнение «Лучи солнца» (5 минут)

Психолог: Вернемся к нашему острову. Солнце над ним светит, но не греет, т.к. нет лучиков. Но всем без исключения цветам нужно солнце и внимание. Давайте нарисуем солнечные лучи, посылая, таким образом, тепло тем, кому пожелаете. Произнесите имя того, кому посылаете свое тепло. (Дети рисуют на солнце лучи, называя имена своих друзей)

Упражнение «Полет бабочки» (5 минут)

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

(Звучит релаксационная музыка со звуками природы, шумом прибоя, криком чаек)

Закройте глаза и слушайте мой голос. Дышите легко и глубоко, ... спокойно. Представьте себе, что вы находитесь на лугу в прекрасный осенний день. Прямо перед собой вы видите великолепную бабочку, порхающую с цветка на цветок...

Проследите за движениями ее крыльев. Движения ее крыльев легки и грациозны. Теперь каждый пусть вообразит, что он – бабочка. Что у него красивые и большие крылья... Почувствуйте, как ваши крылья медленно и плавно движутся вверх и вниз, вверх и вниз...

Наслаждайтесь ощущением медленного и плавного парения в воздухе. А теперь взгляните на пестрый луг, над которым вы летите. Посмотрите, сколько на нем ярких цветов... Найдите глазами самый красивый цветок и постепенно начинайте приближаться к нему. Теперь вы даже чувствуете аромат своего цветка. Медленно и

плавно вы садитесь на мягкую пахучую серединку цветка...рассматриваете его и цветы вокруг... Вдохните еще раз его аромат ..., представьте какого цвета бабочка и откройте глаза. Вот на столе лежат разноцветные бабочки. Выберите ту, которая соответствует вашему настроению, и приклейте на наш замечательный остров.(Каждый выбирает бабочку и прикрепляет ее к картине. Дети становятся в круг. Звучит спокойная музыка.)

Заключительная часть.

Упражнение «Тепло наших сердец» (5 минут)

Цель: завершающее упражнение

Психолог: Сохраните теплоту ваших сердец, дотрагиваясь ладонями друг до друга - правая ладошка вниз, а левая- вверх. Я вас благодарю за работу на занятии, похлопаем себе.

(Дети ударяют правой ладошкой о левую соседа. Затем становятся в тесный круг, обняв друг друга).

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Результаты опытно-экспериментального исследования психолого-педагогической адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы после реализации программы

Таблица 4.1 – Результаты диагностики уровня школьной мотивации первоклассников по методике «Оценка уровня школьной мотивации» Н.Г. Лускановой после реализации программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям школы

№	Балл	Уровень
1	18	Средний
2	16	Средний
3	18	Средний
4	18	Средний
5	18	Средний
6	22	Высокий
7	16	Средний
8	16	Средний
9	16	Средний
10	18	Средний
11	13	Низкий
12	23	Высокий
13	20	Высокий
14	21	Высокий
15	24	Высокий
16	25	Очень высокий

Итого:

Очень низкий уровень: 0 % (0 человек).

Низкий уровень: 6,25 % (1 человек).

Средний уровень: 56,25 % (9 человек).

Высокий уровень: 31,25 % (5 человек).

Очень высокий уровень: 6,25 % (1 человек)

Таблица 4.2 – Результаты диагностики по «Проективной методике диагностики школьной тревожности» А.М. Прихожан после реализации программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы

№	Балл	Уровень
1	10	Низкий
2	10	Низкий
3	10	Низкий
4	11	Низкий
5	11	Низкий
6	7	Средний
7	11	Низкий

8	7	Средний
9	10	Низкий
10	12	Низкий
11	9	Средний
12	12	Низкий
13	10	Низкий
14	11	Низкий
15	6	Низкий
16	8	Средний

Итого:

Низкий уровень: 75 % (12 человек).

Средний уровень: 25 % (4 человека).

Высокий уровень 0 % (0 человек).

Таблица 4.3 – Результаты диагностики по методике «Школа зверей» С. Панченко после реализации программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к условиям образовательной среды школы

№	Балл	Уровень
1	4	Средний
2	4	Средний
3	5	Средний
4	7	Высокий
5	7	Высокий
6	6	Высокий
7	7	Высокий
8	7	Высокий
9	6	Высокий
10	5	Средний
11	7	Высокий
12	5	Средний
13	7	Высокий
14	7	Высокий
15	3	Низкий
16	4	Средний

Итого:

Низкий уровень: 6,25 % (1 человек).

Средний уровень: 37,5 % (6 человек).

Высокий уровень: 56,25 % (9 человек).

Таблица 4.4 – Расчет Т-критерия Вилкоксона по данным методики диагностики уровня школьной мотивации по методике «Оценка уровня школьной мотивации» (Н.Г. Лускановой)

№ п/п	До измерения, tдо	После измерения, tпосле	Разность (t _{после} – t _{до})	Абсолютное значение разности	Ранг
1	18	18	0	–	–
2	15	16	+1	1	2
3	16	18	+2	2	5
4	15	18	+3	3	7,5
5	14	14	0	–	–
6	16	22	+6	6	12
7	11	16	+5	5	11
8	12	16	+4	4	9,5
9	16	16	0	–	–
10	18	20	+2	2	5
11	13	16	+3	3	7,5
12	19	23	+4	4	9,5
13	18	20	+2	2	5
14	20	21	+1	1	2
15	22	24	+1	1	2
16	25	25	0	–	–

N=12

$$\sum(T)_{\text{э}} = 78$$

$$\sum(T)r = \frac{N(N+1)}{2}$$

Где

N – число испытуемых.

$$\sum(T)r = \frac{12(12 + 1)}{2} = \frac{156}{2} = 78,$$

$$\sum(T)r = \sum(T)_{\text{э}} = 78$$

Ранжирование проведено верно.

Теперь определим те сдвиги, которые являются нетипичными, нулевыми. Сумма рангов этих "редких" сдвигов и составляет эмпирическое значение критерия Т: Тэмп = $\sum R_r$, где R_r - ранговые значения сдвигов с более редким знаком.

$$T_{\text{эмп}} = 0$$

В нашем случае критические значения для n=12 выглядят следующим образом:

$$T_{\text{кр}} = \begin{cases} 7 (\rho \leq 0.01) \\ 13 (\rho \leq 0.05) \end{cases}$$

Таблица 4.5 – Расчет Т-критерия Вилкоксона по «Проективной методике диагностики школьной тревожности» (А.М. Прихожан)

№ п\п	До измерения, тдо	После измерения, тпосле	Разность (t _{после} – t _{до})	Абсолютное значение р азности	Ранг
1	10	10	0	–	–
2	10	10	0	–	–
3	10	10	0	–	–
4	11	11	0	–	–
5	11	11	0	–	–
6	2	7	+5	5	4
7	11	11	0	–	–
8	1	7	+6	6	5
9	10	10	0	–	–
10	12	12	0	–	–
11	5	9	+4	4	2,5
12	12	12	0	–	–
13	10	10	0	–	–
14	11	11	0	–	–
15	8	6	-2	2	1
16	4	8	+4	4	2,5

N=5

$$\sum(T)_{\text{э}} = 15$$

$$\sum(T)r = \frac{N(N+1)}{2}$$

где N – число испытуемых.

$$\sum(T)r = \frac{5(5+1)}{2} = \frac{30}{2} = 15$$

$$\sum(T)r = \sum(T)_{\text{э}} = 15$$

Ранжирование проведено верно.

Теперь определим те сдвиги, которые являются нетипичными, т.е. нулевые.

Сумма рангов этих "редких" сдвигов и составляет эмпирическое значение критерия Т:

Тэмп = $\sum Rr$, где Rr - ранговые значения сдвигов с более редким знаком.

$$T_{\text{эмп}} = 1$$

В нашем случае критические значения для n=5 выглядят следующим образом:

$$T_{\text{кр}} = \begin{cases} - (\rho \leq 0.01) \\ 0 (\rho \leq 0.05) \end{cases}$$

Таблица 4.6 – Расчет Т-критерия Вилкоксона по методике «Школа зверей»
(С. Панченко)

№ п\п	До измерения, tдо	После измерения, tпосле	Разность (t _{после} – t _{до})	Абсолютное значение разности	Ранг
1	4	4	0	–	–
2	3	4	+1	1	3,5
3	1	5	+1	1	3,5
4	6	7	+1	1	3,5
5	7	7	0	–	–
6	5	6	+1	1	3,5
7	5	7	+2	2	7,5
8	4	7	+3	3	9,5
9	5	6	+1	1	3,5
10	4	5	+1	1	3,5
11	7	7	0	–	–
12	5	5	0	–	–
13	7	7	0	–	–
14	4	7	+3	3	9,5
15	1	3	+2	–	–
16	2	4	+2	2	7,5

N=10

$$\sum(T)_{\text{э}} = 55$$

$$\sum(T)r = \frac{N(N+1)}{2}$$

Где N – число испытуемых.

$$\sum(T)r = \frac{10(10 + 1)}{2} = \frac{110}{2} = 55$$

$$\sum(T)r = \sum(T)_{\text{э}} = 55 \quad (6)$$

Ранжирование проведено верно.

Теперь определим те сдвиги, которые являются нетипичными, т.е. нулевые.

Сумма рангов этих "редких" сдвигов и составляет эмпирическое значение критерия Т:

Тэмп = $\sum Rr$, где Rr - ранговые значения сдвигов с более редким знаком.

$$T_{\text{эмп}} = 0$$

В нашем случае критические значения для n=10 выглядят следующим образом:

$$T_{\text{кр}} = \begin{cases} 3 & (\rho \leq 0.01) \\ 8 & (\rho \leq 0.05) \end{cases}$$