



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

Колледж ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»

КОРРЕКЦИЯ СОЦИАЛЬНОЙ ДЕЗАДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО
ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ ИГРОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Выпускная квалификационная работа
Специальность 44.02.02 Преподавание в начальных классах
Форма обучения очная

Работа рекомендована к защите
« 20 » мскл 2025 г.
Заместитель директора по УР
Д. Расщектаева Расщектаева Д.О.

Выполнила:
студентка группы ОФ- 418-165-4-2
Максимова Анастасия Михайловна
Научный руководитель:
преподаватель колледжа
Парфентьева Людмила Викторовна

Челябинск
2025

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ АДАПТАЦИИ И КОРРЕКЦИИ ДЕЗАДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ ИГРОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	7
1.1. Понятие адаптации и дезадаптации.....	7
1.2. Особенности адаптации и дезадаптации в младшем школьном возрасте	10
1.3 Особенности использования игровых методик при коррекции дезадаптации.....	15
Выводы по 1 главе.....	19
ГЛАВА 2. ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА ПО ВЫЯВЛЕНИЮ И КОРРЕКЦИИ ДЕЗАДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	22
2.1. Методы и результаты выявления социальной дезадаптации	22
2.2. Мероприятия по коррекции дезадаптации детей младшего школьного возраста	27
2.3. Анализ результатов практической работы	30
Выводы по 2 главе.....	33
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	35
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК	38
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	41

ВВЕДЕНИЕ

В современном обществе уровень стресса продолжает расти, и с увеличением объема информации люди становятся все более тревожными и обеспокоенными, даже если события их не касаются напрямую. Социальные изменения оказывают значительное влияние на способность человека адаптироваться, и проблема адаптации становится особенно актуальной в наши дни.

Адаптация – это приспособление организма к условиям внешней среды, а учебная адаптация соответственно приспособления к учебному процессу, социализация, привыкание к учебной нагрузке, новому коллективу, педагогам.

Деадаптация представляет собой неспособность человека адаптироваться к новым условиям жизни. Это состояние проявляется в поведении, которое резко отличается от его привычного поведения в знакомой обстановке [6].

На уровне образования личность начинает формироваться с раннего детства, особенно интенсивно она развивается в дошкольный период. В это время закладываются основные характеристики, определяющие дальнейший рост ребёнка. Эти навыки становятся основой для успешного обучения не только в начальной школе, но и на более поздних этапах образования.

Формирование личности в начальной школе включает несколько процессов: изменение и развитие познавательной сферы, возникновение новых потребностей, становление устойчивых форм поведения и деятельности, а также развитие навыков самоконтроля, самоорганизации и саморегуляции. Адекватная самооценка также играет важную роль. Направление личностного развития зависит от окружающей среды, возможностей ребёнка и целенаправленных действий взрослых, которые выступают для него в роли авторитетов. [3].

По данным «Национального медицинского исследовательского центра психиатрии и наркологии имени В. П. Сербского» Минздрава России, сегодня дезадаптация в социуме наблюдается примерно у 30 процентов несовершеннолетних [7].

Проблема социальной дезадаптации привлекала внимание учёных и практиков на протяжении многих лет. В работах отечественных и зарубежных исследователей (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, Д.Б. Эльконин, Ж. Пиаже и др.) были рассмотрены различные аспекты этой проблемы, включая причины возникновения, формы проявления и методы коррекции. Однако вопрос использования игровой деятельности в работе учителя начальных классов как средства коррекции социальной дезадаптации остаётся недостаточно изученным.

Игровые методики помогают корректировать дезадаптацию благодаря следующим факторам:[16].

1. Установление эмоционально-позитивного контакта между ребёнком и взрослым.
2. Возможность свободного выражения чувств и эмоций.
3. Моделирование в игровых условиях системы социальных отношений.
4. Преодоление познавательного и личностного эгоцентризма.
5. Формирование равноправных партнёрских отношений сотрудничества между ребёнком и сверстниками.
6. Поэтапная отработка в игре новых способов ориентировки в проблемных ситуациях и их усвоение.
7. Формирование способности ребёнка к произвольной регуляции деятельности.

Кроме того, игровая деятельность вызывает положительные эмоции, что благоприятно сказывается на психологическом климате и помогает расслабиться и отпустить тревожные мысли.

В условиях современного общества, где социальные изменения происходят с высокой скоростью, дети младшего школьного возраста сталкиваются с множеством вызовов, которые могут привести к социальной дезадаптации. Игровая деятельность является одним из наиболее эффективных способов коррекции социальной дезадаптации у детей младшего школьного возраста. Игры способствуют развитию коммуникативных навыков, формированию социальных норм и ценностей, а также укреплению эмоциональной связи между ребёнком и окружающими его людьми.

Таким образом, актуальность темы исследования обусловлена необходимостью разработки и внедрения эффективных методов коррекции социальной дезадаптации у детей младшего школьного возраста с использованием игровой деятельности.

Поэтому темой выпускной квалификационной работы мы выбрали «Коррекция социальной дезадаптации детей младшего школьного возраста средствами игровой деятельности».

Цель: теоретически обосновать, разработать и апробировать комплекс мероприятий для коррекции социальной дезадаптации у детей младшего школьного возраста посредством игровых методик.

Объект: процесс коррекции социальной дезадаптации у детей младшего школьного возраста.

Предмет: игровая деятельность как средство коррекции социальной дезадаптации детей младшего школьного возраста.

Для достижения цели необходимо решить следующие задачи:

1. По психолого-педагогической литературе раскрыть понятия социальной адаптации и дезадаптации;
2. Рассмотреть особенности социальной адаптации и дезадаптации в младшем школьном возрасте;
3. Выявить возможности игровой деятельности для коррекции дезадаптации младшего школьника;

4. Подобрать методики выявления уровня социальной адаптации детей младшего школьного возраста;

5. Разработать и апробировать комплекс мероприятий, включающий игровую деятельность направленный на коррекцию социальной дезадаптации младших школьников;

6. Анализ результатов практической работы по коррекции социальной дезадаптации.

Гипотеза: разработка и проведение специально разработанного комплекса мероприятий, построенных на игровой деятельности, будет способствовать повышению уровня социальной адаптации у детей младшего школьного возраста.

При выполнении выпускной квалификационной работы использовали следующие методы: теоретический (анализ психолого-педагогической литературы), эмпирический, (опрос, педагогический эксперимент, проективный метод).

Практическая значимость: теоретические материалы, диагностические методики, могут быть использованы психологами, педагогами и родителями для коррекции социальной дезадаптации у младших школьников.

Структура работы: работа состоит из введения, двух глав, выводов по главам, заключения, библиографического списка, приложений.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ АДАПТАЦИИ И КОРРЕКЦИИ ДЕЗАДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ ИГРОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1.1. Понятие адаптации и дезадаптации

Термин «адаптация» происходит от позднелатинского «adaptatio» - приспособление. Впервые этот термин ввел немецкий физиолог Г. Ауберг, который трактовал его как изменение восприимчивости анализаторов к воздействию раздражителям. Адаптация делится на три основные категории: биологическую, физиологическую и социально-психологическую.

Адаптация-это процесс и результат согласования человека с окружающим миром, приспособления к изменившейся среде, к новым условиям жизнедеятельности, к структуре отношений в определённых социально-психологических общностях, установления соответствия поведения принятым в них нормам и правилам [25].

В педагогике адаптация рассматривается в трёх аспектах: социальном, психологическом и учебном:

— Академическая адаптация - степень соответствия ребёнка школьным нормам

— Личностная адаптация - степень принятия роли обучающегося, выражающейся в адекватной самооценке, достаточном уровне притязаний, сформированности учебной мотивации.

— Социальная адаптация - степень развития у обучающихся коммуникативных навыков, умение решать конфликтные ситуации и достаточное количество социальных связей [2].

Социальная дезадаптация — это частичная или полная утрата человеком способности приспосабливаться к условиям социальной среды, которая выражается в неспособности успешно функционировать в обществе.

Социальная дезадаптация может быть вызвана различными факторами, такими как:

1. Психологические особенности личности;
2. Физические недостатки;
3. Соматические заболевания;
4. Педагогическая запущенность;
5. Социально-экономические факторы (низкий уровень жизни, безработица);
6. Социальные катаклизмы (война, революция) [15].

Дезадаптация детей и подростков классифицируется в зависимости от ее природы, характера и степени проявления на три типа: биологическую, физиологическую и социально-психологическую.

1. Биологическая адаптация представляет собой процесс активного взаимодействия организма с окружающей средой.
2. Социальная адаптация — это умение адаптироваться к условиям социальной жизни.
3. Физиологическая адаптация — это реакция, которая наиболее эффективно соответствует требованиям конкретной ситуации.

Эксперты выделяют несколько факторов, затрудняющих физиологическую адаптацию.

1. Пробуждение непосредственно перед школой и торопливые сборы. Рекомендуется лечь спать пораньше накануне и проснуться в спокойной обстановке, чтобы у ребенка было время для полноценной гигиенической процедуры, утренней зарядки и завтрака. Это позволит организму окончательно проснуться к первому уроку, и школьник будет готов к занятиям.

2. Кормление ребенка одними лишь сухими продуктами или сладостями. Для более легкого преодоления нагрузок питание должно быть разнообразным и сбалансированным. Кроме того, избыток простых углеводов и сахара может негативно сказаться на нервной системе.

3. Допущение неограниченного использования гаджетов и просмотра мультфильмов. Время, проведенное за экранами, должно быть ограничено. Желательно избегать использования смартфонов и просмотра телевизора в течение часа после пробуждения и за час до сна.

Учебные трудности, постоянные неудачи, а также неадекватные ожидания со стороны учителей и родителей могут привести к нарушениям социально-психологической адаптации. При этом негативная реакция взрослых, такие как упреки и наказания, лишь усугубляют проблему.

Проблемы с социальной и психологической адаптацией также наблюдаются у детей, испытывающих трудности из-за дополнительных нагрузок, что связано с постоянным стрессом и нехваткой времени.

На фоне дезадаптации могут развиваться и усиливаться различные психические расстройства, включая тревожные состояния, депрессию и поведенческие расстройства. Эти проблемы часто возникают как из-за внешних обстоятельств, так и внутренних факторов, таких как низкая самооценка или неуверенность в себе. Ключевым моментом в понимании социальной дезадаптации является необходимость комплексного подхода к её диагностике и коррекции. Важно принимать во внимание не только индивидуальные особенности ребёнка или подростка, но и социальные условия, в которых он находится. Это включает в себя анализ семейной динамики, отношений со сверстниками и влияния образовательной среды [20].

Таким образом адаптация и дезадаптация — это ключевые процессы, определяющие успешность интеграции личности в окружающую социальную среду. Понимание этих процессов становится особенно актуальным в контексте школьной жизни, где дети сталкиваются с новыми

требованиями и социальными взаимодействиями. Успешная адаптация требует как поддержки со стороны взрослых, так и создания комфортной атмосферы в классе, что способствует формированию дружеских связей и эффективным методам разрешения конфликтов.

В то же время дезадаптация может негативно сказаться на психоэмоциональном состоянии ребёнка и его способности функционировать в социуме. Причины ее возникновения разнообразны и требуют детального анализа. Знание факторов, затрудняющих адаптацию, позволит родителям и педагогам заранее предотвратить возникновение проблем.

Таким образом, успешная адаптация младших школьников становится залогом их дальнейшего гармоничного развития и благоприятной социальной интеграции. Уделяя внимание как физическим, так и эмоциональным аспектам жизни ребенка, мы можем способствовать формированию здоровой и устойчивой личности в условиях современного общества.

1.2. Особенности адаптации и дезадаптации в младшем школьном возрасте

В российской психолого-педагогической литературе для глубокого понимания сути адаптации к новым условиям выделяются несколько ключевых подходов. Д. А. Андреева определяет адаптацию как процесс приспособления и подготовки индивида к новым условиям, а также его интеграцию в них. В свою очередь, Б. Г. Рубин и Ю. С. Колесников рассматривают адаптацию как активный процесс освоения социальных ролей.

Возрастные особенности детей младшего школьного возраста включают в себя ряд физиологических и психологических характеристик.

1. Физиологические изменения. В этот период продолжается активный рост ребенка, заметно изменяются как его рост и масса, так и пропорции тела. Также наблюдается интенсивное развитие и окостенение позвоночника, конечностей и таза.

2. Неустойчивость внимания. Дети младшего школьного возраста легко отвлекаются и не могут долго сосредотачиваться на одном занятии.

3. Эмоциональность. Они проявляют яркие эмоции и активно реагируют на окружающее.

4. Потребность в одобрении. В этом возрасте дети остро нуждаются в поддержке и признании со стороны как взрослых, так и сверстников.

5. Импульсивность. Младшие школьники часто действуют спонтанно, поддаваясь моментальным желаниям, не обдумывая последствия.

6. Недостаток воли. У них еще нет достаточного опыта в преодолении трудностей и упорной работе над достижением поставленных целей.

7. Развитая наглядно-образная память. Такие дети быстрее и лучше запоминают конкретные факты и информацию [23].

В первые месяцы обучения детям предстоит адаптироваться к множеству изменений в их жизни: новый распорядок, взаимодействие с одноклассниками и преподавателями, освоение знаний и многое другое. Поэтому процесс адаптации к школе следует оценивать по различным критериям. Условно выделяют следующие виды адаптации:

1. Организационная – способность адаптироваться к новому распорядку, обязанностям и школьным правилам;

2. Учебно-мотивационная – развитие стремления учиться и приобретать новые знания и навыки;

3. Психологическая – стабилизация эмоционального состояния ребенка в различных школьных ситуациях и адекватное восприятие его новой социальной роли школьника;

4. Социальная – формирование подходящего поведения в новой социальной среде и установление здоровых отношений со взрослыми и сверстниками.

Адаптация младших школьников к обучению в начальной школе предполагает преобразование познавательных, мотивационных и эмоционально-волевых аспектов личности ребёнка в процессе перехода к структурированному и организованному школьному обучению. [16].

Дезадаптация младшего школьника — это состояние, при котором ребёнок не может приспособиться к новым условиям школьной жизни и требованиям учебного процесса. Это может проявляться в различных формах, таких как:

1. Трудности в усвоении учебного материала;
2. Проблемы с поведением (агрессия, замкнутость, тревожность);
3. Отсутствие интереса к учёбе;
4. Неспособность устанавливать отношения с одноклассниками и учителями.

Социальная дезадаптация младшего школьника — это нарушение процесса взаимодействия ребёнка с социальной средой, которое характеризуется невозможностью или затруднением усвоения социальных норм и ценностей, а также отсутствием навыков эффективного общения и решения конфликтов.

Школьная дезадаптация — это ситуация, при которой ребёнок не может приспособиться к школьной жизни и требованиям учебного процесса. Она может проявляться в различных формах, таких как трудности в усвоении материала, проблемы с поведением или отсутствие интереса к учёбе.

Есть много факторов, которые могут вызвать у ребёнка проблемы с адаптацией в школе. Вот некоторые из них:

1. Недостаточная подготовка к обучению;
2. Особенности характера (например, тревожность или агрессивность);
3. Проблемы со здоровьем;
4. Нехватка внимания и заботы в процессе воспитания и обучения;
5. Социально-экономические факторы (низкий уровень жизни, безработица).

Чтобы определить, есть ли у ребёнка дезадаптация, нужно провести его всестороннее обследование. Оно включает:

1. Наблюдение за поведением ребёнка дома и в школе;
2. Беседы с родителями и учителями;
3. Психологическое тестирование [27].

Успешная социальная адаптация играет ключевую роль в гармоничном развитии личности, формировании уверенности и чувства защищённости, а также в эффективной интеграции индивида в общество. Адаптация младшего школьника представляет собой процесс, в ходе которого ребёнок приспосабливается к новым условиям школьной жизни. Этот процесс включает освоение школьных правил поведения и норм общения, принятие новой социальной роли ученика, а также налаживание взаимоотношений с одноклассниками и учителями. Адаптация к школьной жизни представляет собой сложный процесс, требующий от ребенка значительных усилий и напряжения. В этот период дети сталкиваются с новыми требованиями и обязанностями, непривычным распорядком дня и необходимостью налаживать отношения с различными людьми. В ходе адаптационного периода у детей могут возникать разнообразные трудности и проблемы, нуждающиеся в внимании и поддержке со стороны взрослых. Например, ребёнок может испытывать стресс из-за большого количества новых впечатлений и информации, трудностей в общении с

одноклассниками или учителями, проблем с усвоением учебного материала. Для успешной адаптации младших школьников требуется поддержка и помощь со стороны родителей, педагогов и других взрослых. Крайне важно создать в классе положительную атмосферу, способствующую формированию дружеских связей между детьми, а также обучить их эффективным методам взаимодействия и разрешения конфликтных ситуаций. Кроме того, необходимо обеспечить ребенку достаточный отдых и качественный сон, что позволит ему успешно справляться с учебными нагрузками и стрессом.

Таким образом мы наблюдаем что адаптация младшего школьника к новым условиям обучения — это сложный и многогранный процесс, во многом определяющий его дальнейшее развитие и успешность в учебной деятельности. Понимание ключевых аспектов адаптации и факторов, влияющих на нее, позволяет родителям и педагогам своевременно выявлять проблемы, возникающие у детей в этот период.

Важно, чтобы взрослые оказывали необходимую поддержку и внимание, создавая благоприятную атмосферу для успешной социализации. Особенно значительными являются эмоциональное сопровождение и формирование у детей уверенности в своих силах. Взаимодействие с учителями и сверстниками играет основополагающую роль в ходе адаптации, позволяя ребенку интегрироваться в новую социальную среду.

Своевременное выявление дезадаптации и применение эффективных методов коррекции способны существенно улучшить ситуацию. Поддержка со стороны семьи и школы способствует не только успешной учёбе, но и гармоничному развитию личности, формированию стойкости и адаптивности, необходимых для дальнейшей жизни в обществе. Таким образом, комплексный подход к вопросам адаптации младших школьников является залогом их успешного будущего.

1.3 Особенности использования игровых методик при коррекции дезадаптации

Первое проявление ребенка в мире — это игра, что придает ей особую ценность. В процессе игры формируются жизненные знания, трудовые отношения и психологические черты дошкольника. Исследованием игры занимались не только психологи и педагоги, но и философы, историки, этнографы, художники и специалисты в области воспитания. Многие авторы детской литературы анализируют психологическую природу детских мыслей, образы игры также передаются через художественные выражения.

Игра отражает реальность, служит ее художественным образом. Являясь подражанием различным явлениям жизни и действиям старших, игра является важным механизмом умственного, морального, физического и эстетического развития детей. Во время игры малыши чувствуют себя свободно, проявляют интерес и сообразительность. Они погружаются в мир психических ощущений через эмоции, восприятие и воображение.

Игра является пространством «внутренней социализации» и средством освоения социальных норм. Игровая технология представляет собой деятельность, направленную на воссоздание и усвоение общественного опыта. Понятие «игровые педагогические технологии» включает различные методы организации образовательного процесса в форме игр [34].

Иногда у ребенка возникают модели поведения, которые могут создавать сложности в его жизни и отношениях с окружающими. По признакам таких проблем, как повышенная агрессия или страх, родители и педагоги могут заметить негативные эмоциональные проявления, влияющие на развитие малыша.

Если у взрослых возникают проблемы с эмоциональным и поведенческим состоянием, они могут обратиться к педагогам-психологам. Игровая терапия помогает детям общаться на доступном им уровне, способствуя пониманию сложных чувств и тревог, которые они еще не усвоили.

В последние годы игровые технологии все чаще применяются в практике коррекции социальной дезадаптации. Игра, как инструмент, обеспечивает непрерывный и эмоционально насыщенный процесс, что способствует более эффективному вовлечению участников.

Одной из ключевых особенностей является возможность создания безопасной среды, где индивидуумы могут экспериментировать с социальными ролями и взаимодействиями, не испытывая страха перед негативными последствиями. Это позволяет им развивать коммуникативные навыки, улучшать эмоциональный интеллект и учиться разрешению конфликтов.

Кроме того, игровые технологии способствуют повышению мотивации и заинтересованности участников. Методы геймификации могут включать системы поощрений и достижений, что стимулирует активное участие.

Важно отметить, что для успешного применения игровых технологий необходимо учитывать индивидуальные особенности участников и адаптировать игровые сценарии под их потребности.

В педагогической энциклопедии дается следующее определение игры: игра – это вид деятельности детей, заключающийся в воспроизведении действий взрослых и отношений между ними и направленный на ориентировку и познание предметной и социальной действительности, а также игра является одним из средств физического, умственного и нравственного воспитания детей.

Игра – пространство «внутренней социализации» ребенка, средство усвоения социальных установок (Л.С. Выготский).

Технология – это искусство, мастерство, умение, совокупность методов обработки, изменения состояния (В.М. Шепель).

Игровая технология – это вид деятельности в условиях ситуаций, направленных на воссоздание и усвоение общественного опыта, в котором Вопрос коррекционно-развивающей работы с детьми стал предметом изучения отечественных педагогов и психологов еще в начале XX века (П.П. Блонский, Л.С. Выготский, В.П. Кащенко, П.О. Эфрусси и другие). Научные исследования подтверждают, что для детей с пограничными нарушениями физического и психического здоровья, а также для детей из группы педагогического риска важно организовать коррекционно-развивающую работу в школьной системе.

Совсем недавно проведенные исследования показали, что игровые технологии обучения являются эффективным способом помощи младшим школьникам в адаптации к учебной среде. В статьях 2018-2019 годов группа западных педагогов и психологов, объединенных журналом *Hermes*, предложила игру, позволяющую оценить взаимодействие первоклассников. Этот игровой подход помогает детям справляться с трудностями в школе, особенно в отношении чтения, письма и концентрации внимания.

Суть игры и ее уникальные воспитательные и развивающие возможности заключены в природе счастливого детства. Игра — это основная форма самостоятельной деятельности детей, способствующая их гармоничному развитию. С ранних времен игра была известна своими образовательными свойствами. Она развивается как ответ на потребности общества в подготовке молодежи к жизни, представляя собой уникальную активность, отличающуюся от продуктивной работы и воспроизводящую социальные взаимодействия. Игровая терапия начала получать развитие с 1920-х годов благодаря исследованиям зарубежных психологов.

Советский психолог Д.Б. Эльконин подчеркивал, что игра является универсальной формой активности, в которой происходят важные позитивные изменения в психическом развитии ребенка. Игра формирует

отношения с окружающим миром, готовя к переходу на новый возрастной уровень и освоению различных видов деятельности. Она требует от детей высокой гибкости в психических процессах и адаптации к ролям. В процессе игры развиваются воображение и творческие способности ребенка, а мыслительные процессы становятся быстрее благодаря постоянному удержанию нужной информации и необходимой концентрации.

Игровая деятельность отражает как физический, так и умственный рост ребенка. В игре присутствует физическая активность, а умственное участие является важным элементом. Когда дети активно играют, они учатся взаимодействовать с обществом, становятся более раскрепощенными, развивают воображение, усваивают культурные нормы и формируют навыки, полезные в жизни. Таким образом, игра помогает детям выразить свою личность и развивает внутренние ресурсы, которые становятся частью их сущности. В.Л. Леви считал, что игровая терапия помогает преодолевать трудности. Кроме того, игра предоставляет детям возможность исследовать мир вокруг них. В процессе игры они могут экспериментировать с различными ролями и ситуациями, что способствует формированию критического мышления и креативности. Дети учатся решать проблемы, сталкиваясь с неожиданными трудностями, и находить эффективные решения, что формирует их уверенность в собственных силах.

Игровая деятельность также способствует укреплению социальных связей. Взаимодействие с ровесниками помогает формировать социальные навыки, такие как сотрудничество, эмпатия и умение разрешать конфликты. Дети учатся работать в команде, что в будущем станет важным аспектом их личной и профессиональной жизни.

Помимо всего прочего игровая терапия, основанная на принципах игры, может быть особенно полезной для детей, столкнувшихся с эмоциональными и поведенческими проблемами. Она позволяет им безопасно выразить свои чувства и переживания, а также находить пути к

разрешению конфликтов, что значительно влияет на их психоэмоциональное развитие [26].

Таким образом, игра способствует развитию моторики, координации движений и физической подготовки детей, что особенно актуально в современных условиях, когда они часто проводят время за экранами. Она формирует навыки саморегуляции и управления эмоциями, такие как контроль действий, ожидание очереди и принятие проигрыша, что полезно для справления со стрессом и разочарованиями на протяжении жизни. Игровые технологии открывают новые возможности для коррекции социальной дезадаптации и развития социальных навыков через взаимодействие между детьми. В совместной игре дети учатся эффективной коммуникации, слушанию и учету мнений других, что формирует сотрудничество и взаимопомощь. Дидактические игры внедряют образовательные элементы, развивая критическое мышление и творческий подход к решению проблем. Игра также является каналом для выражения эмоций, способствуя повышению эмоциональной интеллигентности. Таким образом, игра не только развлекает, но и является инструментом для гармоничного развития личности, формируя базовые навыки для успешной жизни в обществе.

Выводы по 1 главе

Адаптация младших школьников является сложным процессом, в ходе которого складываются ключевые навыки и качества, необходимые для успешной жизнедеятельности в обществе. Внимание к этому этапу, поддержка со стороны педагогов и родителей создаёт условия для формирования уверенной и устойчивой личности. Эмоциональное сопровождение и создание комфортной атмосферы в учебном процессе способствуют не только успешной адаптации, но и развитию навыков критического мышления и саморегуляции.

Игровые технологии представляют собой эффективный инструмент, способствующий улучшению социальной адаптации и развитию коммуникационных навыков. Через игру дети учатся взаимодействовать, уважать мнения других и справляться с эмоциями, что формирует прочный фундамент для их будущих успехов.

Таким образом, комплексный и внимательный подход к вопросам адаптации младших школьников не только обеспечит их комфортное вхождение в новую социальную реальность, но и поможет вырастить гармоничные и уверенные личности, готовые к вызовам современного мира.

Особое внимание стоит уделить роли учебной среды, которая должна быть безопасной и поддерживающей. Создание комфортного пространства, в котором дети чувствуют себя принятыми и услышанными, является важным фактором успешной адаптации. Педагоги, применяющие индивидуализированный подход, могут лучше учитывать особенности каждого ребенка, что способствует его внутренней уверенности и стремлению к обучению.

Важным аспектом является и вовлечение родителей в процесс адаптации. Совместные мероприятия, открытые уроки и мастер-классы помогают создать единое образовательное пространство и укрепляют связь между школой и семьей. Это взаимодействие формирует атмосферу поддержки, где ребенок чувствует, что его успехи важны как для родителей, так и для педагогов.

Также следует помнить о необходимости мониторинга процесса адаптации. Регулярные беседы с детьми, анкетирование и наблюдение за их поведением помогают выявить возможные трудности на ранних стадиях и своевременно предоставить необходимую помощь. Устойчивый подход к адаптации позволит младшим школьникам уверенно шагать в будущее, вооружив их навыками, необходимыми для полноценной жизни. Важно учитывать индивидуальные ритмы и потребности каждого ребенка при организации учебного процесса. Разнообразие форматов занятий — от

групповых проектов до индивидуальных заданий — позволяет детям проявлять свои сильные стороны и развивать критическое мышление. Стимулирование активного участия в учебе создает ощущение ответственности за собственные достижения и позволяет каждому ребенку максимально раскрыть свой потенциал.

Психологическое сопровождение тоже играет ключевую роль в адаптации. Работа специалистов, таких как школьные психологи, может помочь детям справиться с тревожностью и стрессом, связанными с переходом в новую образовательную среду. Поддерживающие беседы и тренинги по навыкам общения способствуют формированию уверенности и умения взаимодействовать с окружающими.

Адаптация — это процесс, который требует времени и терпения. Создание дружелюбной атмосферы, в которой каждый ребенок может принимать участие и развиваться, является залогом успешного обучения и гармоничного становления личности.

ГЛАВА 2. ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА ПО ВЫЯВЛЕНИЮ И КОРРЕКЦИИ ДЕЗАДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

2.1. Методы и результаты выявления социальной дезадаптации

Выявление социальной дезадаптации у младших школьников требует комплексного подхода, включающего использование различных психолого-педагогических методов диагностики. Для точной оценки уровня адаптированности ребенка к школьной среде применяются как субъективные, так и объективные методы исследования. Основные направления диагностики включают анализ уровня школьной мотивации, оценку адаптированности ребенка к учебному процессу, выявление тревожности и изучение особенностей социальных взаимоотношений в детском коллективе.

Педагогический эксперимент был проведен в период с 10.02.2025 по 17.05.2025 г. На базе исследования МАОУ «Гимназии №23 г. Челябинска им. В.Д. Луценко» Челябинской области, участвовали 26 учеников 4 «Г» класса в возрасте 9-10 лет.

Эксперимент проходил в три этапа: констатирующий, формирующий, констатирующий.

При изучении особенностей учащихся мы воспользовались следующими методиками:

Методика 1: «Анкета для оценки уровня школьной мотивации Н. Лускановой» позволяет выявить степень интереса ребенка к учебному процессу и его отношение к школе. Этот инструмент помогает определить, насколько ученик чувствует себя комфортно в школьной среде и насколько у него развита внутренняя мотивация к обучению, что, в свою очередь, позволяет оценить риски возникновения дезадаптации.

Цель: выявить уровни школьной адаптации и мотивации учебной деятельности у младших школьников.

Бланки анкеты каждый из участников анкетирования получил индивидуально. Исследуемым необходимо было внимательно прочитать анкету и на каждый поставленный вопрос дать ответ. Варианты ответов: «Да», «Нет», «Не знаю». Во время выполнения данной анкеты учащиеся в каждом вопросе выделяют наиболее подходящий по их мнению.

После проведения данного теста нами были обобщены баллы, заработанные за каждый вопрос. Вследствие полученного результата мы определили уровень, соответствующий сумме данных баллов.

Интерпретация результатов анкетирования и получение качественных и количественных показателей помогла нам определить уровень мотивации младших школьников.

Уровни школьной мотивации у учащихся начальных классов определяются по следующим диапазонам:

14- 20 баллов – высокий уровень;

7-13 баллов – средний уровень;

1-6 – низкий уровень.

Методика 2: «Экспертная оценка адаптированности ребенка к школе» (Чирков В. И., Соколова О. Л., Сорокина О. В.). Методика позволяет с высокой степенью достоверности выявить, на каком этапе адаптации находится ребенок, и что может быть причиной трудностей в социальной интеграции.

Мы подсчитали баллы, набранные за каждый вопрос после завершения теста. На основе полученной суммы баллов мы установили уровень, которому они соответствуют.

19-30 баллов – зона адаптации;

13-18 баллов – зона неполной адаптации;

0-12 баллов – зона дезадаптации.

Методика 3: «Тест школьной тревожности Филлипса». Тревожность может существенно ухудшать способность ребенка справляться с требованиями школьной жизни, влияя на его поведение и успеваемость. Данный тест помогает диагностировать уровень тревожности и понять, как он может сказываться на адаптации школьника.

Тест состоит из 58 вопросов, которые можно зачитывать школьникам, а можно предлагать в письменном виде. На каждый вопрос требуется ответить однозначно: «да» или «нет» [29].

Мы проанализировали набранные баллы за каждый вопрос, проведенного теста, и на основе полученных данных вычислили общий уровень, которому соответствуют эти баллы.

Использование этих методик имеет ряд преимуществ: они легки в организации и проведении, доступны для понимания детям, дают большое количество информации в короткий срок, легки в обработке результатов и могут использоваться повторно для отслеживания динамики.

По результатам данных методик мы получили общие результаты по классу: (Рисунок 1)

Анкета для оценки уровня школьной мотивации (Н. Лусканова)

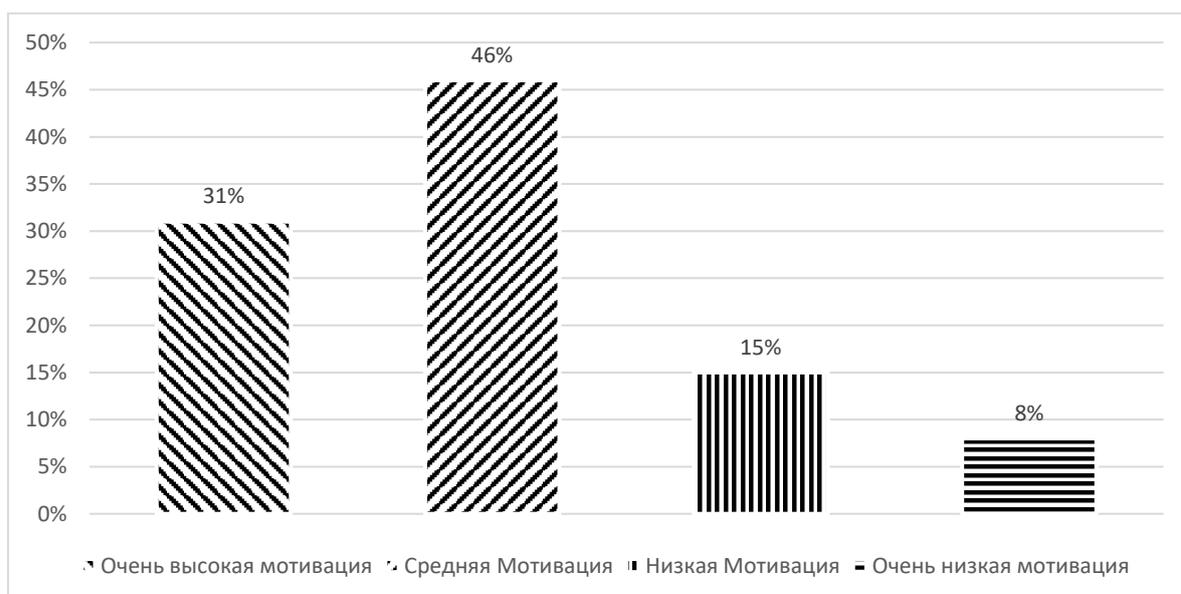


Рисунок 1 – Результаты анкетирования для оценки уровня школьной мотивации (методика Н. Лускановой) на констатирующем этапе эксперимента

– 31% учеников имеют очень высокую мотивацию, активно участвуют в учебе и стремятся к успеху.

– 46% учеников имеют среднюю мотивацию, в целом добросовестно учатся, но не всегда проявляют инициативу.

– 15% учеников имеют низкую мотивацию, учат материал с трудом и без желания.

– 8% учеников имеют очень низкую мотивацию и практически не проявляют интереса к учебе.

(Рисунок 2)

Результаты экспертной оценки адаптированности к школе Чирков В. И., Соколова О. Л., Сорокина О.В.

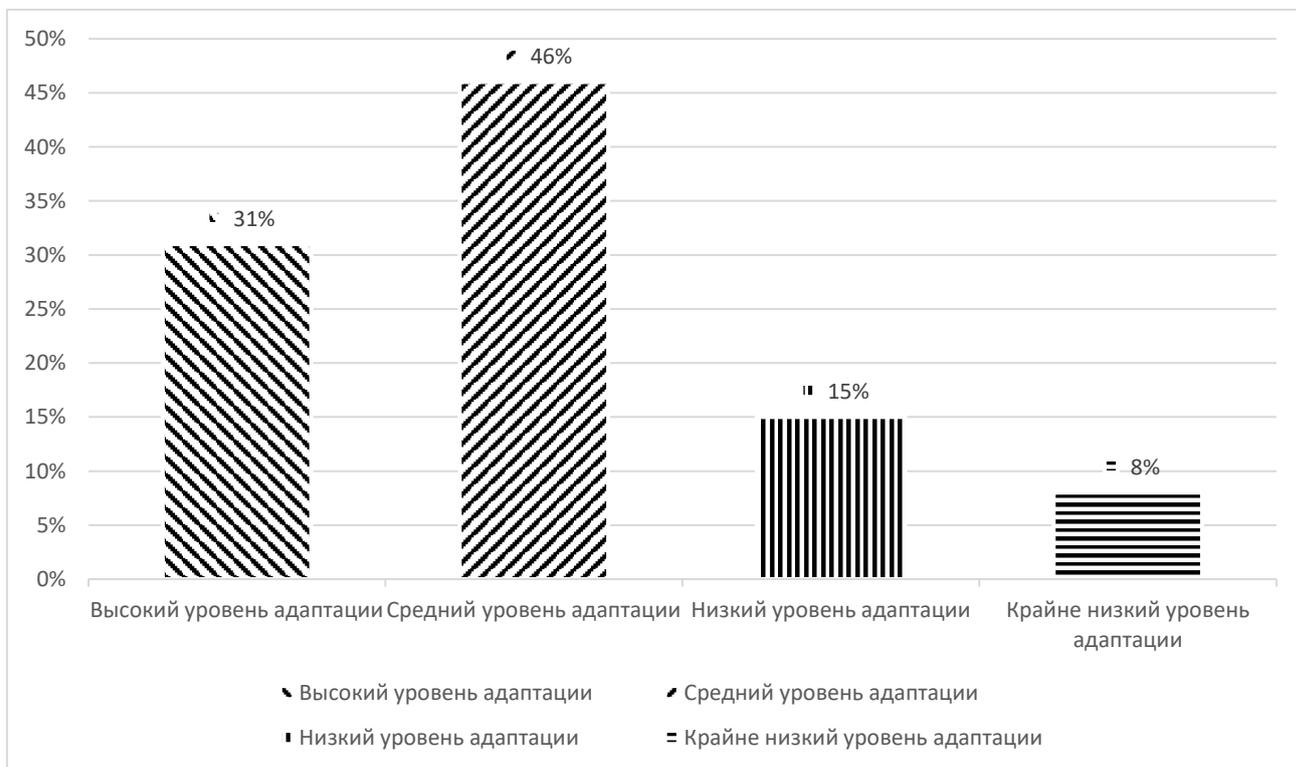


Рисунок 2 – Результаты экспертной оценки адаптированности к школе Чирков В. И., Соколова О. Л., Сорокина О.В.

– 31% учеников имеют высокий уровень адаптации, активно включаются в учебный процесс и социальную жизнь.

– 46% учеников показывают средний уровень адаптации, хорошо справляются с задачами, но нуждаются в поддержке.

15% учеников испытывают трудности с учебной активностью и социализацией.

– 8% учеников имеют очень низкую адаптацию и требуют индивидуальной помощи.

(Рисунок 3)

Тест школьной тревожности Филлипса

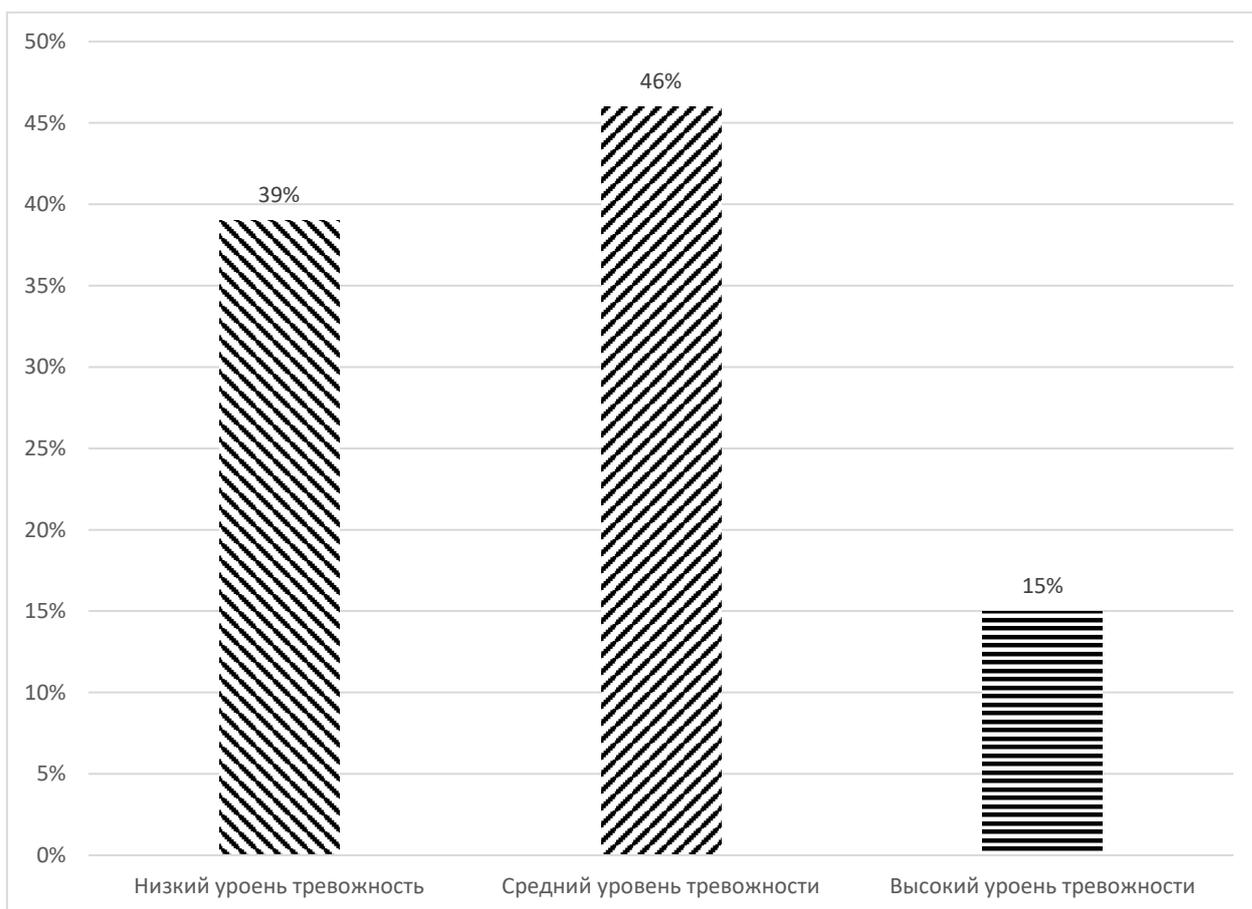


Рисунок 3 – Результаты теста школьной тревожности Филлипса

– 39% учеников имеют низкую тревожность, спокойно относятся к школьной жизни.

– 46% учеников имеют средний уровень тревожности, время от времени переживают перед контрольными.

– 15% учеников имеют высокую тревожность, часто переживают по поводу оценок и социальной адаптации.

Проведённое психолого-педагогическое исследование уровня социальной адаптации младших школьников в 4 «Г» классе позволило

получить объективную картину состояния адаптированности детей к школьной среде. Комплексный подход к диагностике, включающий три методики — анкету для оценки уровня школьной мотивации (Н. Лусканова), экспертную оценку адаптированности ребёнка к школе (Чирков В. И., Соколова О. Л., Сорокина О. В.) и тест школьной тревожности (Филлипс), — дал возможность охватить ключевые компоненты адаптации: учебную мотивацию, социальную включённость, эмоциональное состояние и уровень тревожности.

Таким образом, совокупный анализ данных позволил сделать вывод о том, что в целом ситуация в классе благоприятная: 77% учащихся демонстрируют удовлетворительный или высокий уровень адаптации. Однако наличие 15% учеников, находящихся в пограничной зоне, и 8% — в зоне выраженной дезадаптации, требует обязательного психолого-педагогического вмешательства.

Полученные результаты подтверждают необходимость разработки и внедрения системы коррекционной работы, направленной на повышение уровня социальной адаптации младших школьников. В качестве ключевого средства планируется использование игровых методов и техник, позволяющих наиболее мягко и эффективно включать ребёнка в социум, формировать положительное отношение к себе, к школе и к другим людям. Эти данные легли в основу последующего практического этапа исследования и стали отправной точкой для построения комплексной программы коррекции социальной дезадаптации. Для этого проведены мероприятия по коррекции дезадаптации учеников 4 класса с использованием игровых технологий.

2.2. Мероприятия по коррекции дезадаптации детей младшего школьного возраста

Результаты эксперимента позволили нам выявить группу учащихся, демонстрирующих признаки школьной дезадаптации и повышенной тревожности, нуждающихся в коррекционной поддержке. Родители и классный руководитель этих учащихся дали согласие на их участие в формирующем этапе эксперимента.

Методическая разработка, направленная на коррекцию и развитие, создана для помощи младшим школьникам в преодолении трудностей, связанных с адаптацией к школьной жизни.

Ключевые задачи данной методической разработки включают:

1. Формирование у детей адекватного эмоционального восприятия себя и своих способностей;
2. Расширение представлений детей об эмоциональной сфере;
3. Развитие навыков выражения эмоций в соответствии с социальными нормами;
4. Стабилизацию эмоционального состояния учащихся, снижение уровней тревожности и агрессивности;
5. Развитие коммуникативных умений у детей для успешного взаимодействия в коллективе.

Методическая разработка представлена в таблице 1

Таблица 1 – Тематический план занятий по программе «Коррекция социальной дезадаптации для учеников 4 класса»

№	Тема	Кол-во часов	Содержание занятий
1.	Здравствуй, это я!	1	Беседа-знакомство, игра «Добрые волшебники», арт-упражнение «Какой я», круг доверия
2.	Моё имя – моя история	1	Игра «Волшебный стул», арт-терапия, упражнения на самооценку, релаксация

Продолжение таблицы 1

3.	Я и моя семья	1	Рисование «Моя семья», упражнение «Семейная звезда», игра «Царевна Несмеяна»
4.	Уроки и перемены	1	Ролевая игра «Что делать на перемене», тренинг внимания, подвижные игры
5.	Дружба и «Кодекс друга»	1	Этюд «Дружба — это...», игра «Найди пару», правила дружбы
6.	Уважение – что это?	1	Беседа, упражнение «Зеркало», игра «Комплимент», практикум «Хорошие манеры»
7.	Мы – команда!	1	Игры на сплочение: «На мостике», совместный коллаж
8.	Ученье – свет!	1	Игра «Отгадай профессию», викторина по профессиям
9.	Когда грустно...	1	Упражнение «Цвет настроения», игра «Почта эмоций»
10.	Волшебные слова	1	Игра с мячом «Вежливые слова», рефлексия, завершение

Методическая разработка включала в себя ролевые и командные игры, чтобы 77% адаптированных учеников не скучали во время проведения работы по коррекции социальной дезадаптации, 15% учеников со средним уровнем адаптации больше включены в обсуждения, арт-терапию, а 8% не адаптированных учеников проходят игры через индивидуальную поддержку и включение в микро-группы, получают внимание и мотивацию, возможность почувствовать себя лидером и раскрыть лидерские качества. (Приложение 1)

Так же помимо проведения коррекционных работ с обучающимися были выданы материалы для родителей по помощи и поддержке в период проведения комплекса мероприятий по коррекции (Приложение 2)

Результаты формирующего эксперимента показали эффективность разработанной коррекционно-развивающей программы для младших школьников с признаками дезадаптации. Основные трудности у таких детей связаны с недостаточным развитием произвольной сферы, высокой тревожностью, слабой учебной мотивацией и нарушениями в общении.

Программа, включающая игровые и арт-терапевтические методы, позволила повысить уровень адаптации, укрепить эмоциональное состояние, развить навыки взаимодействия в коллективе и повысить мотивацию к обучению. Индивидуальный подход к каждому ребёнку обеспечил вовлечённость даже самых замкнутых и тревожных участников.

Особенность программы заключалась в гибкости подхода: она предусматривала разные формы работы для различных уровней адаптированности детей — от групповых активностей до индивидуального сопровождения. Это дало возможность не только скорректировать проявления дезадаптации, но и выявить внутренний потенциал ребёнка, способствуя его личностному росту и социальной успешности.

Дополнительно была организована работа с родителями, что способствовало усилению эффекта программы. Таким образом, комплексная работа оказалась результативной и может быть рекомендована для дальнейшего применения в практике начального образования.

2.3. Анализ результатов практической работы

После реализации программы коррекционно-развивающих занятий с учащимися 4 «Г» класса был проведён заключительный (контрольный) этап эксперимента с целью оценки эффективности применённых методик. Повторная диагностика проводилась с использованием тех же методик, что

и на первоначальном этапе, что позволило отследить динамику адаптационных процессов у детей.

Контрольная диагностика проводилась в период с 10.05.2025 по 17.05.2025 года. В исследовании вновь приняли участие все 26 учащихся 4 «Г» класса. Повторно были применены следующие методики:

1. Анкета для оценки уровня школьной мотивации (Н. Лусканова)
2. Тест школьной тревожности Филлипса

Результаты повторной диагностики анкетирования оценки уровня школьной мотивации Н. Лускановой (Рисунок 4)

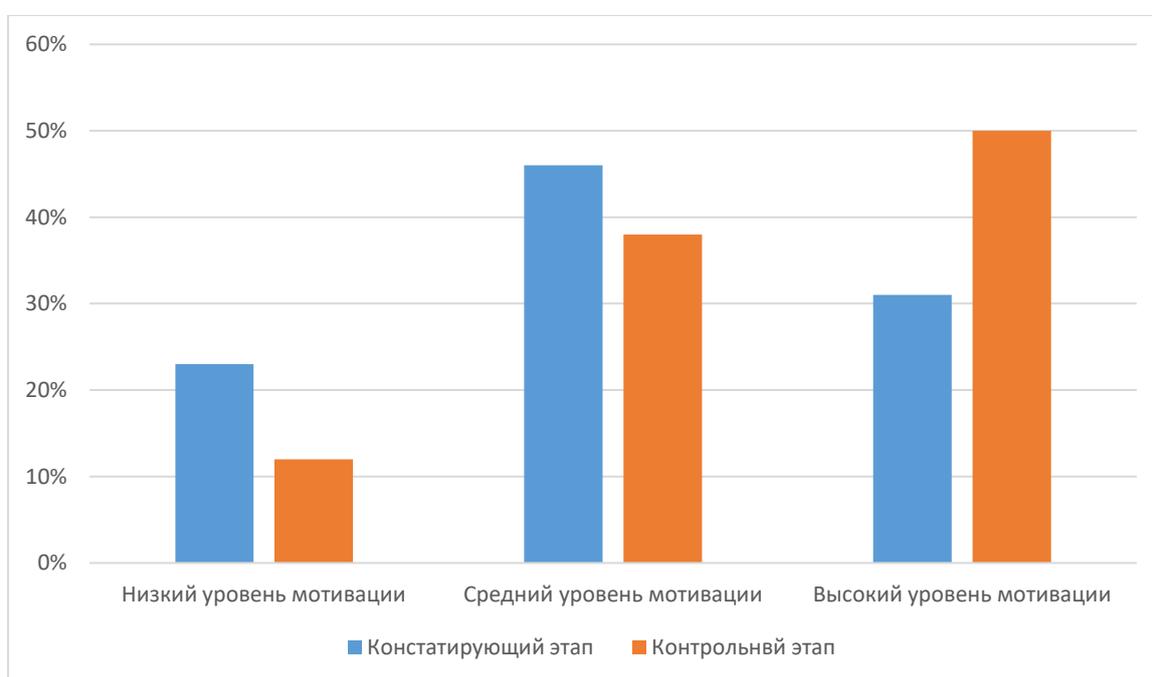


Рисунок 4 Результаты повторной диагностики анкетирования оценки уровня школьной мотивации (Н. Лускановой)

50% – высокий уровень мотивации (по сравнению с 31% на начальном этапе), 38% – средний уровень (против 46% ранее), 12% – низкий уровень (против 15% и 8% на стартовом этапе).

Таким образом, количество детей с высокой учебной мотивацией значительно возросло, а доля с низкой мотивацией — сократилась в два раза.

Результаты повторного тестирования школьной тревожности Филлипса (Рисунок 5)

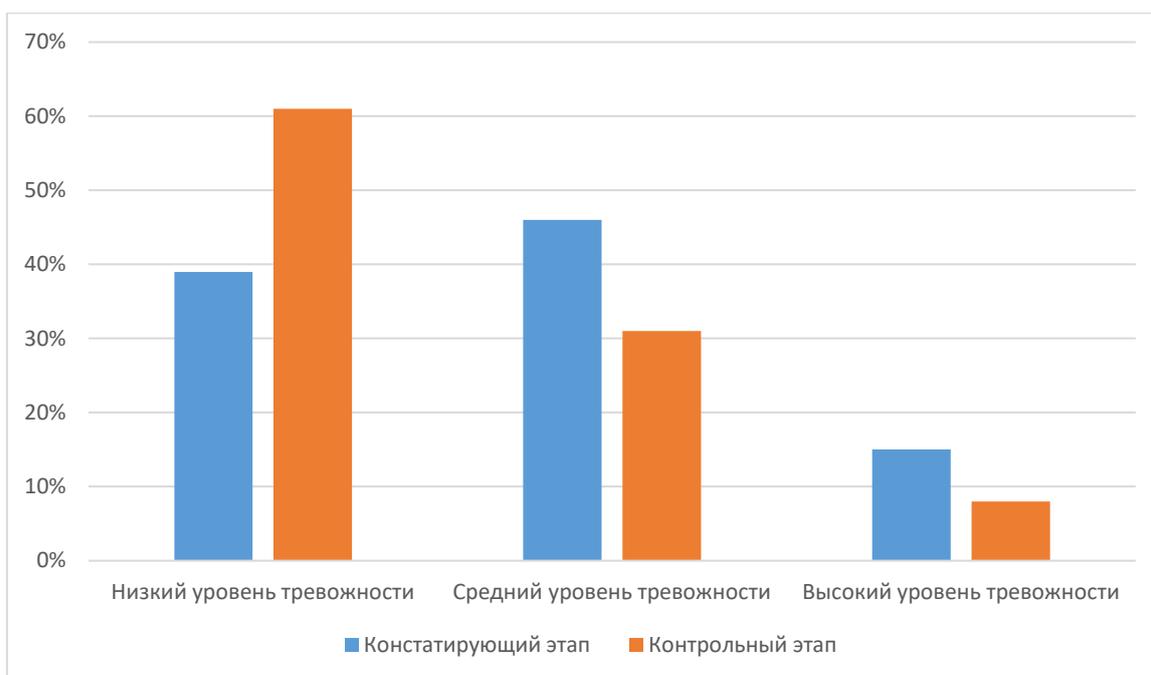


Рисунок 5 Результаты повторного тестирования школьной тревожности Филлипса

Тест школьной тревожности Филлипса: 61% – низкий уровень тревожности (вместо 39% на начальном этапе), 31% – средний уровень (ранее — 46%), 8% – высокий уровень (вместо прежних 15%).

Снижение уровня тревожности свидетельствует о повышении эмоциональной устойчивости учащихся и улучшении их психологического комфорта в школьной среде.

Проведённая работа показала результативность. Учащиеся стали более адаптированными, улучшили свои коммуникативные навыки, повысили уровень учебной мотивации и эмоциональную устойчивость. Вовлечение в игровую и арт-терапевтическую деятельность способствовало снижению тревожности и повышению самооценки.

Т обр цель работы достигнута, задачи выполнены.

Таким образом, методическая разработка оказалась результативной и может быть рекомендована к широкому внедрению в образовательный процесс начальных классов с целью профилактики и преодоления социальной дезадаптации.

Выводы по 2 главе

Вторая глава выпускной квалификационной работы была посвящена практическому исследованию проблемы социальной дезадаптации младших школьников, включающему диагностический, формирующий и контрольный этапы. Полученные данные позволяют сделать ряд значимых выводов, подтверждающих актуальность проблемы, эффективность разработанной программы и практическую ценность проведённого эксперимента.

На констатирующем этапе исследования с помощью комплекса психолого-педагогических методик были выявлены учащиеся с признаками школьной дезадаптации, низким уровнем учебной мотивации и повышенной тревожностью. Среди 26 обучающихся 4 «Г» класса примерно 23% детей испытывали значительные трудности в социальной и учебной адаптации. Эти трудности проявлялись в низкой учебной активности, затруднённом взаимодействии со сверстниками и педагогами, эмоциональной неустойчивости, а также высоком уровне тревожности.

В ходе диагностики применялись апробированные инструменты: анкета Н. Лускановой для оценки школьной мотивации, экспертная шкала оценки адаптированности Чиркова, Соколовой и Сорокиной, а также тест школьной тревожности Филлипса. Полученные результаты стали основой для отбора участников коррекционного этапа и проектирования целенаправленных развивающих мероприятий.

На формирующем этапе была реализована специально разработанная коррекционно-развивающая программа из 10 занятий, направленная на снижение уровня тревожности, развитие произвольной сферы, улучшение коммуникативных навыков и повышение учебной мотивации. Важную роль в реализации программы играли игровые технологии, арт-терапия, групповая работа, эмоциональные тренинги и упражнения на самоосознание. Программа позволила гибко включить в работу как детей с

высокой степенью адаптации, так и тех, кто испытывал трудности — каждому ребёнку предлагались задания, соответствующие его уровню и возможностям. Это обеспечило высокий уровень вовлечённости и положительное эмоциональное восприятие занятий.

Контрольный этап, проведённый по завершении коррекционной работы, показал существенные положительные изменения в уровне социальной адаптации учащихся. Повторное применение тех же диагностических методик позволило объективно оценить эффективность программы. В результате адаптированность к школьной среде повысилась до 95% учащихся, заметно снизился уровень тревожности, а число детей с высоким уровнем мотивации возросло почти в два раза. Учащиеся стали более уверенными в себе, проявили улучшение в коммуникативной активности и эмоциональной стабильности. Даже те дети, которые изначально входили в зону дезадаптации, демонстрировали позитивную динамику, что особенно важно с точки зрения профилактики вторичных школьных трудностей и формирования устойчивого положительного отношения к учебной деятельности.

Таким образом, результаты второго раздела подтверждают гипотезу, цель и задачи. Предложенная методическая разработка может быть рекомендована к использованию в начальной школе как эффективный инструмент профилактики и коррекции нарушений адаптации у детей младшего школьного возраста.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Социальная адаптация младшего школьника — это один из наиболее важных и в то же время уязвимых процессов, от которого зависит не только успешность в обучении, но и общее психологическое благополучие ребёнка. В ходе выполнения выпускной квалификационной работы нами была рассмотрена проблема социальной дезадаптации младших школьников и определены эффективные пути её коррекции с помощью игровых методов.

На основе изучения научной психолого-педагогической литературы мы пришли к выводу, что дезадаптация может проявляться в снижении учебной мотивации, тревожности, нарушениях поведения и трудностях в общении со сверстниками и взрослыми. Особенно ярко такие проявления фиксируются в младшем школьном возрасте, когда происходит активная перестройка эмоциональной, познавательной и социальной сфер ребёнка. Учитывая высокую чувствительность этого возрастного периода к изменениям среды, крайне важно своевременно выявить трудности адаптации и предложить эффективные формы коррекционной работы.

Теоретический анализ источников позволил глубже понять, как формируются адаптационные механизмы у младших школьников, а также рассмотреть особенности использования игровых методик в целях преодоления дезадаптационных проявлений. Особое внимание было уделено тому, что игра — это не только ведущая деятельность в этом возрасте, но и уникальный инструмент мягкого и ненасильственного вмешательства в эмоционально-социальную сферу ребёнка. Через игру возможно развитие произвольности, саморегуляции, расширение коммуникативных навыков и снижение тревожности.

В рамках практической части работы нами была проведена диагностика уровня адаптации 26 учащихся 4 «Г» класса с использованием методик Н. Лускановой, В. И. Чиркова и теста школьной тревожности Филлипса. Анализ результатов показал, что до начала коррекционной

работы 23% учащихся имели выраженные трудности адаптации, включая низкую мотивацию к учёбе, повышенный уровень тревожности и ограниченные коммуникативные возможности.

С учётом полученных данных была разработана и реализована методическая разработка коррекционно-развивающих занятий, включающая 10 тематических блоков с применением игровых и арт-терапевтических методик. Основными задачами программы стали: развитие эмоционального интеллекта, формирование позитивного образа «Я», укрепление коммуникативных навыков, снижение тревожности и повышение учебной мотивации.

Проведение программы дало положительные результаты. Контрольный этап исследования показал, что 95% учащихся стали демонстрировать устойчивые признаки социальной адаптированности, повысился уровень мотивации к учёбе, а показатели тревожности значительно снизились. Особенно ценно то, что даже дети, ранее находившиеся в зоне дезадаптации, стали более уверенными, активными и эмоционально стабильными, что говорит о целесообразности использования игровых форм коррекционной работы.

Дополнительно стоит отметить участие родителей в процессе сопровождения детей. Им были предоставлены методические рекомендации и памятки, способствующие созданию единой развивающей среды в семье и школе. Системный подход, основанный на сотрудничестве педагогов, психологов и родителей, стал важным фактором успешной реализации программы.

Таким образом, цели, поставленные в начале исследования, были достигнуты. Мы подтвердили гипотезу о том, что специально разработанный комплекс мероприятий, основанный на игровой деятельности, способствует повышению уровня социальной адаптации у младших школьников. Проведённое исследование подтвердило

практическую значимость игровой деятельности как эффективного средства психолого-педагогической коррекции.

Полученные в ходе работы результаты могут быть применены в образовательной практике учителей начальных классов, педагогов-психологов, социальных педагогов и родителей. Разработанная программа может быть адаптирована и использована в разных образовательных учреждениях, как в индивидуальной, так и в групповой работе с детьми, испытывающими трудности в социализации.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Абрамова, Г. С. Возрастная психология / Г. С. Абрамова. — Екатеринбург: Деловая книга, 2022. — 320 с.
2. Александровская, Э. М. Социально-психологические критерии адаптации к школе // Школа и психическое здоровье учащихся. — М., 1988. — 345 с.
3. Беличева, С. А. Основы превентивной психологии / С. А. Беличева. — М.: Социальное здоровье России, 1994. — 221 с.
4. Божович, Л. И. Личность и её формирование в детском возрасте / Л. И. Божович. — М.: Просвещение, 2008. — 464 с.
5. Большой психологический словарь / под ред. В. П. Зинченко, Б. Г. Мещерякова. — М.: Прайм-Еврознак, 2013. — 672 с.
6. Влияние образования на развитие личности [Электронный ресурс] // Орбита: [сайт]. — URL: <http://orbita.lbihost.ru> (дата обращения: 22.01.2025).
7. Деадаптация детей в России [Электронный ресурс] // Псковская лента новостей. — URL: <https://pln-pskov.ru/society/363275.html> (дата обращения: 22.01.2025).
8. Дубровина, И. В. Рабочая книга школьного психолога / И. В. Дубровина, М. К. Акимова, Е. М. Борисова [и др.]. — М.: Просвещение, 2021. — 288 с.
9. Захарова, Е. И. Коррекционно-развивающее обучение: теория и практика / Е. И. Захарова. — СПб.: Питер, 2017. — 208 с.
10. Зубова, И. П. Диагностика и коррекция тревожности у младших школьников / И. П. Зубова. — М.: Владос, 2018. — 175 с.
11. Иванова, С. В. Методы арт-терапии в работе с детьми / С. В. Иванова. — СПб.: Речь, 2019. — 160 с.

12. Истратова, О. Н. Справочник психолога начальной школы / О. Н. Истратова, Т. В. Эксакусто. — Ростов-на-Дону: Феникс, 2024. — 384 с.
13. Каменская, В. Г. Адаптация к школе и учебной деятельности / В. Г. Каменская. — М.: Бао-пресс, 2005. — 233 с.
14. Карпова, Е. В. Психология мотивации школьника / Е. В. Карпова. — Екатеринбург: УрФУ, 2020. — 198 с.
15. Костромина, С. Н. Психодиагностика: учебное пособие / С. Н. Костромина. — СПб.: Речь, 2020. — 256 с.
16. Кулагина, И. Ю. Младшие школьники: особенности развития / И. Ю. Кулагина. — М.: Эксмо, 2023. — 240 с.
17. Куликова, Т. А. Практика детской психологии: пособие для педагогов и родителей / Т. А. Куликова. — СПб.: Речь, 2021. — 192 с.
18. Лабунская, В. А. Психология межличностного общения / В. А. Лабунская. — М.: Юрайт, 2021. — 320 с.
19. Леонтьев, А. Н. Деятельность. Сознание. Личность / А. Н. Леонтьев. — М.: Смысл, 2007. — 352 с.
20. Лисина, М. И. Общение и психическое развитие ребенка / М. И. Лисина. — М.: Педагогика, 2015. — 208 с.
21. Маркович, Д. Н. Адаптация первоклассников к обучению в школе / Д. Н. Маркович. — М.: Современник, 2011. — 182 с.
22. Матвеева, О. А. Развивающая и коррекционная работа с детьми 6–12 лет / О. А. Матвеева. — М.: Русич, 2012. — 312 с.
23. Мухина, В. С. Возрастная психология / В. С. Мухина. — М.: Академия, 2022. — 368 с.
24. Николаева, С. Н. Игровые технологии в коррекционной педагогике / С. Н. Николаева. — М.: Сфера, 2020. — 144 с.
25. Расставь в алфавитном порядке
26. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. — СПб.: Питер, 2019. — 720 с.

27. Самудинова, Э. К. Понятие «Игра» и ее значение в психологии и педагогике // Вестник КРСУ. — 2016. — № 235. — 34 с.
28. Селиванова, Н. А. Психологическая адаптация детей к обучению в школе // Вестник педагогики и психологии. — М.: Научный мир, 2020. — С. 112–120.
29. Смирнова, Е. О. Игра в детском саду и начальной школе / Е. О. Смирнова. — М.: Мозаика-Синтез, 2020. — 128 с.
30. Тест школьной тревожности Филлипса [Электронный ресурс]. — URL: https://ppms22.ru/upload/medialibrary/9f0/2.1.Lichnostnye_Test-Filipsa.pdf (дата обращения: 10.02.2025).
31. Тихомирова, И. Е. Психологические особенности младших школьников: теория и практика / И. Е. Тихомирова. — Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2019. — 176 с.
32. Устинова, Е. А. Влияние эмпатии на адаптацию студентов в учебной среде // Педагогика. — М.: Педагогика, 2021. — С. 67–73.
33. Хромова, Т. И. Психологические аспекты подготовки детей к школе // Психология и образование. — Челябинск: ЮУрГУ, 2022. — С. 85–91.
34. Хухлаева, О. В. Психотехнические игры в начальной школе: методическое пособие / О. В. Хухлаева. — М.: МосОСУ, 1995. — 32 с.
35. Эльконин, Д. Б. Психология игры / Д. Б. Эльконин. — М.: Педагогика, 2012. — 304 с.
36. Яковлева, С. В. Адаптация младших школьников: практические рекомендации для педагогов и родителей / С. В. Яковлева. — М.: Владос, 2020. — 192 с.
37. Яценко, Т. С. Психологическая помощь детям в кризисных ситуациях / Т. С. Яценко. — Харьков: Психология, 2017. — 240 с.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1. Методическая разработка тематического плана коррекционной работы

1. Беседа-знакомство, игра «Добрые волшебники», арт-упражнение «Какой я», круг доверия

Беседа-знакомство

Цель: установление контакта, снятие напряжения, создание доверительной атмосферы.

Воспитатель приветствует детей. Рассказывает немного о себе (имя, что любит, почему рад встрече). Предлагает детям представиться: имя + любимое занятие. Задает лёгкие вопросы для вовлечения: «Кто любит рисовать?», «У кого есть домашнее животное?»

Игра «Добрые волшебники»

Цель: формирование положительного отношения друг к другу.

Материалы: волшебная палочка (или любой предмет).

Дети встают в круг. Ведущий передаёт «волшебную палочку» первому ребёнку. Ребёнок с палочкой говорит добрые слова соседу: «Я дарю тебе доброе утро и улыбку!» Палочка передаётся по кругу, каждый говорит комплимент или пожелание.

Арт-упражнение «Какой я»

Цель: развитие самопознания.

Материалы: бумага, карандаши, фломастеры.

Детям дается задание: нарисовать себя — таким, каким они себя видят. Ведущий предлагает подумать: «Какой у меня характер?» «Что я умею делать хорошо?» После завершения — обсуждение в кругу: каждый по желанию рассказывает о своем рисунке.

Круг доверия

Цель: формирование безопасного пространства.

Дети встают в круг, берутся за руки. Ведущий говорит: «Мы здесь, чтобы поддерживать друг друга. Всё, что мы скажем, останется только

здесь». Предлагает каждому по желанию сказать: «Я чувствую себя...», или «Сегодня я хочу...».

2. Игра «Волшебный стул», арт-терапия, упражнения на самооценку, релаксация

Игра «Волшебный стул»

Цель: повышение самооценки.

Один стул ставится в центр круга — это «волшебный трон». Один ребёнок садится на него. Остальные по очереди говорят о нём что-то хорошее: «Ты добрый», «Ты хорошо рисуешь», «Ты всегда помогаешь». Затем ребёнок на стуле может сказать: «Мне было приятно услышать...».

Арт-терапия «Моя рука»

Материалы: листы, фломастеры.

Ребёнок обводит ладошку. В пальцах пишет: что умеет, что любит, чем гордится.

Обсуждение в паре или кругу. Упражнения на самооценку «Я молодец, потому что...» — дети говорят о себе. «Три хорошие черты» — каждый называет, что ему в себе нравится.

Релаксация

Цель: снятие напряжения.

Лёгкая музыка. Ведущий проводит дыхательное упражнение: «Вдох через нос — медленно, выдох через рот — спокойно». Воображаемая прогулка по лесу (словесная медитация).

3. Рисование «Моя семья», упражнение «Семейная звезда», игра «Царевна Несмеянна»

Рисование «Моя семья»

Материалы: карандаши, краски.

Детям предлагается нарисовать свою семью. Подсказки: «Где вы вместе бываете?», «Кто самый весёлый в семье?» Обсуждение рисунков (по желанию).

Упражнение «Семейная звезда»

Материалы: шаблон звезды, фломастеры.

В центре — имя ребёнка. В каждом луче — член семьи и что он делает хорошо. Обмен впечатлениями.

Игра «Царевна Несмеянна»

Цель: развитие креативности, снятие зажатости.

Один ребёнок изображает «Царевну Несмеянну» (не смеётся). Остальные по очереди стараются её рассмешить (жестами, мимикой, звуками — без слов). Меняется роль Несмеянны.

4. Ролевая игра «Что делать на перемене», тренинг внимания, подвижные игры

Ролевая игра «Что делать на перемене» Цель: моделирование поведения.

Группы получают ситуации: «Ты один, никто не играет» «Кто-то толкнул тебя в коридоре» «Хочешь позвать в игру друга»

Каждая группа проигрывает сценку и показывает правильное поведение. Тренинг внимания. Игры: «Красный — зелёный» (красный — замри, зелёный — двигайся). «Повтори движение» (воспитатель делает жест — дети повторяют). Подвижные игры «Лягушки в болоте» — дети прыгают, по команде «болото!» — замирают. «Цветные команды» — воспитатель называет цвет, дети ищут его в одежде.

5. Этюд «Дружба — это...», игра «Найди пару», правила дружбы

Этюд «Дружба — это...» Обсуждение: «Кто такой настоящий друг?»
Работа в парах: дети готовят мини-сценку на тему дружбы.

Представление этюдов, обсуждение: «Что понравилось?»

Игра «Найди пару»

Материалы: карточки с парными предметами (солнечные очки — солнце, мыло — вода и т.п.) Каждому ребёнку выдается карточка. По сигналу дети ищут «свою пару» и рассказывают, почему они — вместе. Правила дружбы обсуждение: какие правила помогают дружить? Коллективное составление «Кодекса друга». Запись/рисунок на ватмане — оформление плаката.

6. Беседа, упражнение «Зеркало», игра «Комплимент», практикум «Хорошие манеры»

Беседа

Тема: вежливость, поведение в обществе. Вопросы: «Почему важно быть вежливым?» «Какие слова говорят воспитанные люди?»

Упражнение «Зеркало»

Пары. Один показывает движения, другой повторяет — как зеркало. Меняются ролями. Обсуждение: было ли легко быть внимательным?

Игра «Комплимент»

В кругу дети передают мяч, говоря комплимент тому, кому кидают. Условие — не повторяться.

Практикум «Хорошие манеры»

Сценки: «Как вести себя в гостях», «Как здороваться». Обсуждение: что было правильно? что — нет?

7. Игры на сплочение: «На мостике», совместный коллаж

Игра «На мостике»

Расстелить скакалку — «мостик». Дети по одному проходят, при этом говорят что-то хорошее группе. Остальные поддерживают: «У тебя получится!»

Совместный коллаж

Материалы: бумага, вырезки, клей.

Тема: «Наша дружная группа» или «Мы вместе». Каждому — задание сделать вклад в общий рисунок. Склейка и презентация работы.

8. Игра «Отгадай профессию», викторина по профессиям

Игра «Отгадай профессию»

Один показывает профессию жестами, остальные угадывают. Подсказки: «Что он делает?», «Где работает?» Викторина. Вопросы: «Кто лечит людей?»; «Кто водит поезд?»; «Кто делает хлеб?» За каждый правильный ответ — жетон или звёздочка.

9. Упражнение «Цвет настроения», игра «Почта эмоций»

«Цвет настроения»

Дети выбирают цвет — по настроению. Рисуют кружок или лицо этим цветом. Обсуждение: «Почему ты выбрал этот цвет?»

Игра «Почта эмоций»

Материалы: коробка, бумага. Дети пишут/рисуют письмо: «Я чувствую сегодня...». Бросают в «почтовый ящик». Ведущий зачитывает письма (анонимно), обсуждение.

10. Игра с мячом «Вежливые слова», рефлексия, завершение

Игра с мячом «Вежливые слова»

В кругу. Мяч передаётся по очереди. Кто ловит мяч, называет вежливое слово. Условие — не повторяться. Рефлексия. Вопросы: «Что нового ты узнал?» «Что тебе понравилось больше всего?» Символическая шкала (например, солнце — понравилось, облако — не очень).

Приложение 2. ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ: «Как помочь младшему школьнику преодолеть социальную дезадаптацию и не сойти с ума самим»

Что такое социальная дезадаптация?

Это когда ребёнку тяжело влиться в школьный коллектив, он не находит друзей, замыкается в себе, испытывает тревогу, неуверенность и/или плохо воспринимает школьные правила и нормы. То есть ему трудно быть «своим» среди других.

Как помочь своему ученику адаптироваться:

1. Будьте на его стороне, а не на стороне идеального дневника

Да, двойки могут быть. Да, он может не захотеть идти в школу. Это — сигналы, не повод для скандала. Спокойно обсуждайте:

«Я вижу, что тебе нелегко. Расскажи, что тебя беспокоит?»

2. Разговаривайте каждый день (и не только "Как дела?")

Старайтесь задавать вопросы иначе:

Что сегодня тебя удивило? С кем ты играл? Была ли ситуация, где ты почувствовал себя неловко?

Поддерживайте контакт — это ваша суперсила!

3. Уважайте эмоции ребёнка (даже если вы сами хотите плакать)

Фраза: «Нечего расстраиваться из-за ерунды»

блокирует доверие.

Лучше:

«Ты расстроен — это нормально. Давай подумаем, что можно сделать, чтобы стало легче?»

4. Создайте рутину — детям это жизненно важно

Стабильный распорядок дня = меньше тревоги.

Завтрак, школа, кружки, отдых, сон — это якоря, которые дают ощущение контроля.

5. Развивайте социальные навыки в игре

Играйте в настольные игры, командные задания, придумывайте совместные мини-проекты. Это поможет ребёнку учиться:

1. договариваться,
2. ждать очередь,
3. проигрывать с достоинством,
4. выражать свои мысли и чувства словами.

6. Не забывайте про волшебные слова: «похвала», «признание», «объятие»

Даже если он просто подошёл к новому однокласснику — это уже повод сказать:

«Я горжусь тобой, ты сделал важный шаг!»

7. Следите за тревожными сигналами

Обратите внимание, если:

- ребёнок регулярно жалуется на боли перед школой (живот, голова),
- избегает общения,
- у него часто меняется настроение, вспыльчивость, апатия,
- резко ухудшилась успеваемость.

Лучше обратиться к школьному психологу — это не диагноз, а профилактика.

8. Помните: вы — главный человек в жизни ребёнка

И даже если он сейчас шипит, как ёжик на контрольной, ему по-прежнему нужна ваша любовь, поддержка и вера в него.

Полезная мантра родителя:

«У моего ребёнка есть свои темпы. Я рядом. Мы справимся вместе.»