

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ЛЕСОСИБИРСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ –  
Филиал Сибирского федерального университета

Педагогики и психологии  
факультет  
Психологии развития личности  
кафедра

**ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА**

44.03.02 Психолого-педагогическое образование  
код и наименование направления

44.03.02.05 Психология и социальная педагогика  
наименование профиля

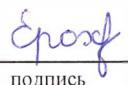
СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ  
ПЕРВОКЛАСНИКОВ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ  
тема

Руководитель

  
подпись

О.А. Бенькова  
инициалы, фамилия

Выпускник

  
подпись

А.А. Ерохин  
инициалы, фамилия

Лесосибирск 2016

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ЛЕСОСИБИРСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ –  
Филиал Сибирского федерального университета

Педагогики и психологии  
факультет  
Психология и социальная педагогика  
кафедра

**ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА**  
44.03.02 Психолого-педагогическое образование  
код и наименование направления  
44.03.02.05 Психология и социальная педагогика  
наименование профиля

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ПЕРВОКЛАСНИКОВ В  
ПЕРИОД АДАПТАЦИИ  
тема

Работа защищена « 17 » июня 2016 г. с оценкой « удовлетворительно »

Председатель ГЭК

  
подпись \_\_\_\_\_ инициалы, фамилия И.О. Логинова

Члены ГЭК

  
подпись \_\_\_\_\_ инициалы, фамилия Н.В. Басалаева

  
подпись \_\_\_\_\_ инициалы, фамилия Л.И. Ермушева

  
подпись \_\_\_\_\_ инициалы, фамилия Н.П. Кириченко

  
подпись \_\_\_\_\_ инициалы, фамилия С.В. Митросенко

  
подпись \_\_\_\_\_ инициалы, фамилия Е.Н. Сидорова

Руководитель

  
подпись \_\_\_\_\_ инициалы, фамилия О.А. Бенькова

Выпускник

  
подпись \_\_\_\_\_ инициалы, фамилия А.А. Ерохин

Лесосибирск 2016

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	5
1. Теоретическое исследование социально-психологического сопровождения первоклассников в период адаптации.....	8
1.1. Понятие, структура и уровни адаптации первоклассников к школе.....	8
1.2. Социально-психологическое сопровождение первоклассников.....	18
1.3. Адаптация детей, поступающих в первый класс.....	25
2. Экспериментальное исследование адаптации первоклассников к школе.....	42
2.1. База и методы исследования.....	42
2.2. Анализ результатов исследования.....	47
2.3. Система занятий направленная на повышение уровня адаптации первоклассников к школьному обучению.....	56
Заключение.....	78
Список использованных источников.....	79

## ВВЕДЕНИЕ

На сегодняшний день одной из наиболее значимых для педагогики и психологии образования является проблема адаптации первоклассника к обучению в школе. От того, как ребенок адаптируется в школе, насколько успешно пройдут его первые

месяцы и первый год в образовательном учреждении, зависит не только успешность его обучения, отношение к учению, учителю и сверстникам, но и способность к дальнейшему психическому, личностному и социальному развитию. Поэтому для школы и ее социально-педагогической и психологической службы задача построения эффективной системы психолого-педагогического сопровождения детей и детских коллективов в период адаптации к школе выходит на первый план. Путь магистрального развития первоклассника, является основой для интеллектуального и социального развития, школьного воспитания и играет важную роль в обучении ребенка.

По мнению Г.Г. Кравцова и Е.Е. Кравцовой: «Ребенок который только что поступил в школу попадает в чужой враждебный и пугающе-непонятный мир и то как, и насколько быстро первоклассник приспособится к новым условиям в большей степени зависит от учителя, психолога и родителей, уровня их образования, количества личного опыта. Начало обучения в школе для большинства детей представляет собой серьезные трудности, вследствие чего ведет к значительным переменам в их жизнедеятельности. Школа представляет новый, усложнённый круг требований и правил к психической деятельности: необходимость длительно концентрировать внимание, способность к смысловому запоминанию, умению руководить эмоциями желаниями, интересами, подчинять их школьной дисциплине. Переход от условий воспитания в семье и дошкольных учреждений к качественно иной атмосфере школьного обучения, складывающейся из совокупности умственных, эмоциональных и физических нагрузок, предъявляет новые,

более сложные требования к личности ребёнка и его интеллектуальным возможностям» [17].

Актуальность нашего исследования обусловлена увеличением нагрузки учебных процессов, наблюдаемого в последние годы, преобразования в социально-экономической сфере и увеличение количества детей, с нарушениями, определили необходимость повторного углубленного анализа приспособительной деятельности ребенка при поступлении в школу и социально-психологической практики, связанной со школьной адаптацией.

**Цель:** исследование процесса адаптации первоклассников к школьному обучению.

**Объект исследования:** адаптация первоклассников к школе.

**Предмет исследования:** социально-психологическая адаптация первоклассников к школьному обучению.

**Предмет исследования:** социально-психологическая адаптация первоклассников к школьному обучению.

**Гипотеза исследования:** адаптация первоклассника к школе будет происходить более успешно, если педагог будет учитывать результаты диагностики, направленной на изучение поведения первоклассников, в первые дни обучения, в процессе воспитания и обучения первоклассника.

**Задачи:**

1. Ознакомиться с теоретическими источниками по теме исследования адаптации первоклассников к школьному обучению;
2. Подобрать методики по теме исследования и провести экспериментальное исследование адаптации первоклассников к школьному обучению;
3. Провести анализ результатов исследования.

**Методы исследования:**

1. Теоретический анализ литературы по проблеме исследования адаптации первоклассников к школьному обучению;

2. Эмпирические методы исследования(методика «Несуществующее животное» авт. Дукаревич М.З, методика «Что мне нравится в школе» авт. Лусканова Н.Г., «Градусник» авт. Фетискин Н.П);

3. Анализ результатов проведенного исследования.

**Методологической основой** проведенного нами исследования, выступили работы следующих ученых: И.В. Дубровиной, Р.В. Овчаровой, Н.И. Гуткиной, Г.А. Цукерман и А.Л. Венгер.

**Этапы исследования:**

1 этап (сентябрь-ноябрь 2015 года), теоретическое исследование психологической литературы по проблеме адаптации первоклассников к школьному обучению;

2 этап (декабрь 2015 – февраль 2016 года), проведение экспериментального исследования адаптации первоклассников к школьному обучению;

3 этап (март – апрель 2016 года), исследование и анализ полученных результатов;

4 этап (апрель – май 2016 года), оформление выпускного квалификационного исследования.

**База исследования:** Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Лицей».

**Практическая значимость:** полученные результаты исследования могут быть полезны учителям начальных классов, педагогам дополнительного образования и родителям в организации адаптационного периода первоклассников к школе.

**Структура работы:** выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников. Общий объем работы без учета приложений составляет 77 страниц.

# Глава 1 ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ПЕРВОКЛАССНИКОВ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ

## 1.1 Понятие, структура и уровни адаптации первоклассников к школе

Адаптация ребенка к школе – способность ребенка приспособливаться к новым условиям, требованиям и правилам поведения, которые устанавливает образовательное учреждение, для регуляции поведения и развития высших психических функций ребенка [15].

Структура адаптации детей к школьному обучению: состоит из следующих этапов:

1. Ориентировочный этап – длится 2-3 недели, характеризуется бурной реакцией и значительным напряжением практически всех систем организма;

2. Этап неустойчивого приспособления – бурная реакция начинает затихать, организм находится в поиске оптимальных решений, для противостояния новым условиям, новой, окружающей его, среды;

3. Этап относительно устойчивого приспособления – организм ребенка старается подбирать более подходящие варианты решения, которые требуют меньшего напряжения систем организма для решения возникающих проблем [21].

По мнению Е.Е. Кравцовой: «К 6-7 годам подвижность нервных процессов повышается, относительно уравниваются процессы торможения и возбуждения в сравнении с дошкольным возрастом, но всё же процессы возбуждения преобладают, что проявляется в непоседливости, повышенной активности и эмоциональной возбудимости. С поступлением детей в школу, у них начинается новый возрастной период и новый вид деятельности – переход от игровой деятельности к учебной, появляются правила и требования. Физиологическое развитие тоже имеет свои особенности: крупные мышцы созревают быстрее мелких, поэтому детям

легче удаются сильные размашистые движения, а точные (особенно письмо) вызывают затруднения. Возрастает физическая утомляемость, вызванная необходимостью долговременного сидения за партой, эмоциональной насыщенностью уроков. На основе этой новой деятельности развиваются основные психологические новообразования: в центр сознания выдвигается мышление. Таким образом, мышление становится доминирующей психической функцией и начинает определять постепенно и работу всех других психических функций (памяти, внимания, восприятия). С развитием мышления другие функции тоже интеллектуализируются и становятся произвольными» [16].

Развитие мышления способствует развитию самосознания ребенка - рефлексии, то есть осознания себя, своего положения в семье, классе. Эту оценку «себя» ребенок черпает из того, как относятся к нему окружающие, близкие люди. Согласно концепции известного американского психолога Эриксона, в этот период у ребенка формируется такое важное личностное образование как чувство социальной и психологической компетентности или при неблагоприятных условиях - социальной и психологической неполноценности [31].

«В младшем школьном возрасте как отмечает Л.С. Выготский увеличение скорости развития интеллекта и мышления приводит, в свою очередь, к качественной перестройке восприятия и памяти, превращению их в регулируемые, произвольные процессы» [6].

Ребенок 7-8 лет обычно мыслит конкретными категориями. Младший школьник в своем развитии идет от анализа отдельного предмета, явления к анализу связей и отношений между предметами и явлениями. Последнее есть необходимая предпосылка понимания школьником явлений окружающей жизни.

Как говорил Л.С. Выготский: «На самом деле психология на каждом шагу учит нас, что два действия могут протекать с внешней стороны одинаково, но по своему происхождению, по своей сути, по своей природе



могут быть глубоко отличными друг от друга. В этих случаях и нужны специальные средства научного анализа, для того чтобы за внешним сходством вскрывать внутреннее различие. Особые трудности возникают у учащихся в понимании причинно-следственных связей. Младшему школьнику легче устанавливать связь от причины к следствию, чем от следствия к причине. Это и понятно: от причины к следствию устанавливается прямая связь, рассмотрение же фактов в обратном порядке предполагает анализ самых разных причин, что ребенку зачастую еще не под силу» [6].

В этом возрасте дети еще плохо владеют речью, поэтому, ему легче заучить все, чем воспроизводить текст своими словами. Они еще не умеют организовывать смысловое запоминание: разбивать материал на смысловые группы, выделять опорные пункты для запоминания, составлять логический план текста. У мальчиков и девочек младшего школьного возраста есть некоторые различия в запоминании. Девочки умеют заставить себя, настроиться на запоминание, их произвольная механическая память лучше, чем у мальчиков. Мальчики оказываются более успешными в овладении способами запоминания, поэтому в ряде случаев их опосредованная память оказывается более эффективной, чем у девочек [15].

Серьезные изменения происходят в нормах, которыми регулируются отношения школьников друг другу. Если в младшем школьном возрасте эти отношения регламентируются в основном нормами «взрослой» морали, т.е. успешностью в учебе, выполнением требований взрослых, то к 9-10 годам на первый план выступают так называемые «стихийные детские нормы», связанные с качествами настоящего товарища.

В начале обучения самооценка школьника формируется учителем на основе результатов учебы. К окончанию начальной школы все привычные ситуации подвергаются корректировке и переоценке другими детьми. При этом во внимание принимаются не учебные характеристики, а качества,

проявляющиеся в общении. От 3-го к 4-му классу резко возрастает количество негативных самооценок [16].

Характер младшего школьника имеет следующие особенности: склонность незамедлительно действовать, общая недостаточность импульсивность, (причина - возрастная слабость волевой регуляции поведения); общая недостаточность воли - школьник 7-8 лет еще не умеет длительно преследовать намеченную цель, упорно преодолевать трудности.

В связи с недостатком семейного воспитания чаще всего возникают упрямство, недовольство и капризность, потому что, ребенок привык, чтобы все его желания и требования удовлетворялись. Капризность и упрямство - своеобразная форма протеста ребенка против тех требований, которые ему предъявляет школа, против необходимости жертвовать тем, чего «хочется», во имя того, что «надо». Режим школьных занятий требует гораздо более высокого, чем в дошкольном детстве, уровня произвольности поведения. Необходимость создавать и регулировать в положительную сторону отношения с педагогами и сверстниками в ходе образовательной и воспитательной деятельности, а это требует развитых навыков общения. В этой связи особую важность приобретает готовность к школьному обучению, которая должна быть сформирована у старших дошкольников. Дети, имеющие достаточный опыт общения, с развитой речью, сформированными познавательными мотивами и умением произвольно-волевой регуляции поведения, легко адаптируются к школьным условиям [17].

Дети посещавшие детский сад зачастую находятся в более выигрышных условиях, поскольку там элементы готовности к школьному обучению целенаправленно формируются педагогическим воздействием. Дети, не посещавшие дошкольные учреждения, пользовались более пристальным и индивидуализированным вниманием родителей. Они, как правило, обладают определенными преимуществами в познавательной сфере, но часто не имеют достаточного опыта взаимоотношений и вообще стоят на эгоцентрической личностной позиции. Недостаточная готовность к

школьным условиям может вызвать серьезные затруднения, вследствие которых может сформироваться школьная дезадаптация ребенка. Из-за неспособности к адекватному поведению и большого количества закрепившихся неудач в учебной деятельности, могут возникнуть так называемые школьные неврозы [18].

По мнению Л.Ф. Обуховой: «В первые учебные недели может закладываться основа для развития в будущем слабой успеваемости, поэтому многие исследователи большое значение придают вопросам школьной готовности, а также адаптации первоклассника к новым условиям систематического обучения в коллективе сверстников. Готовность ребенка к школе определяется уровнем развития личности в интеллектуальном, мотивационном, коммуникационном и физическом отношениях. Современная наука выработала критерии готовности к школе, исходя из уровня интеллектуальной подготовки, развития речи, математического развития, нравственно-волевого воспитания, воспитания готовности к позиции школьника. Кроме того, изучаются взаимоотношения различных компонентов готовности; рассматривается соотношение понятий «школьная зрелость» и «готовность к школе», а также вопросы преемственности дошкольного и школьного воспитания и образования. Период адаптации к школе является очень сложным для первоклассников. Поступление в школу вносит большие перемены в жизнь ребенка. В этот период некоторые дети могут быть очень шумными, крикливыми, без удержу носятся по коридорам, отвлекаются на уроках, даже могут вести себя развязно с учителями: дерзить, капризничать. Другие очень скованы, робки, стараются держаться незаметно, слушают, когда к ним обращаются с вопросом, при малейшей неудаче, замечании плачут. У некоторых детей нарушается сон, аппетит, они становятся очень капризны, появляется интерес к игрушкам, играм, книгам для очень маленьких детей. Увеличивается количество заболеваний, которые называют функциональными отклонениями, они вызваны той нагрузкой, которую испытывает психика ребенка, его организм в связи с резким

изменением образа жизни, в связи со значительным увеличением тех требований, которым ребенок должен отвечать. Естественно, адаптация к школе с подобными отклонениями протекает не у всех детей, но есть первоклассники, у которых этот процесс сильно затягивается. Такие дети в большей мере подвержены болезням, причем болезни носят психосоматический характер, эти дети составляют группу риска с точки зрения возникновения школьного невроза. Некоторые дети к середине дня оказываются уже переутомленными, школа для них является стрессогенным фактором, уже дорога в школу для многих требует повышенного внимания, напряжения. На протяжении дня у них не бывает возможности полного расслабления, как физического, так и умственного, эмоционального. Некоторые дети невеселы уже по утрам, выглядят переутомленными, у них появляются головные боли и боли в области живота: страх, тревога перед предстоящей работой в классе, из-за расставания с домом, родителями столь велик, что ребенок в некоторые дни не может идти в школу [21].

По мнению Т.А. Соловьевой: «Создание благоприятных условий адаптации ребенка к школе с учетом особенностей ее проявления является важнейшим фактором обеспечения преемственности в его развитии. От того, как протекает процесс адаптации, во многом зависит психофизическое состояние будущего ученика. Сроки адаптации первоклассников могут быть различными. Обычно устойчивая приспособляемость к школе отмечается в первом полугодии обучения. Однако установлено, что у 20 - 30% шестилетних детей этот процесс не завершается в течение первого года обучения. Период оптимальной адаптации составляет один-полтора месяца. В зависимости от различных факторов уровень адаптации детей к новым условиям может быть разным: высоким, нормальным и низким. Психологами доказано, что наиболее напряженными для всех детей являются первые четыре недели обучения. Это период так называемой «острой» адаптации. В это время не следует повышать нагрузку, темп работы. Активный период

обучения должен начинаться после «острого» периода адаптации. Если физиологическая адаптация протекает как бы автоматически, то с социально-психологической адаптацией дело обстоит иначе: она представляет собой процесс активного приспособления. Адаптация ребенка к школе процесс не односторонний: не только новые условия воздействуют на малыша, но и сам он пытается изменить социально-психологическую ситуацию, не только «встроиться в нее», но и ее «пристроить к себе». Да ведь и учителю необходимо адаптироваться к ситуации взаимодействия с новыми для него учениками [29].

Процесс «притирки» друг к другу продолжается достаточно долго, но учителю легче - и не только потому, что он взрослее и мудрее, но и потому, что он имеет существенное влияние на процесс адаптации [1].

Именно в первой половине первого года обучения процесс адаптации ребенка проявляется в напряжении всех функциональных систем его организма. В этот период наиболее яркими признаками сложно протекающей адаптации, которые легко заметить и учителю и родителям, являются двигательное возбуждение или заторможенность, жалобы на головные боли, плохой сон, снижение аппетита. Перечисленные признаки, а также снижение массы тела свидетельствуют о неблагоприятных изменениях в здоровье первоклассника, вызванных неуклонно нарастающим утомлением и переутомлением [2].

По результатам наблюдений Н.И. Вьюновой и Г.А. Цукерман, уже после первых 3-4 месяцев обучения, масса тела снижается больше чем у половины детей. Одновременно с этим ухудшаются показатели работоспособности, появляются жалобы на усталость, сонливость, головные боли. Утомление приводит также к значительному снижению артериального давления у первоклассников, а переутомление может обернуться повышением давления, появлением шумов в сердце, нарушениями нервно-психического здоровья. Г.А. Цукерман утверждает следующее: «Когда начинать обучение ребенка грамоте в семье? Одни считают, что начинать

надо тогда, когда ребенок сам проявит интерес к буквам. Другие советуют показывать буквы лишь тогда, когда ребенок научился выговаривать соответствующие звуки. Третьи настойчиво рекомендуют предоставить дело процессу обучения. Прежде всего родители должны и обязаны заниматься своим ребенком, для того чтобы он вырос человеком не скудного разума». Ухудшение нервно-психического состояния детей также наиболее выражено в первом полугодии» [30].

Первые 1,5-2 месяца пребывания и регулярно-учебно-образовательной деятельности в школе, являются самыми тяжелыми для первоклассника, этот период определяется как «острая психофизическая адаптация», а некоторые дети продолжают испытывать серьезные трудности и более долгое время [20].

«Один из ведущих исследователей психического развития дошкольников А.Л. Венгер выделяет три уровня адаптации к школьному обучению:

1. Высокий уровень адаптации. Первokлассник положительно относится к школе; требования воспринимает адекватно; учебный материал усваивает легко, глубоко и полно; решает усложненные задачи; прилежен, внимательно слушает указания и объяснения учителя; выполняет поручения без лишнего контроля; проявляет большой интерес к самостоятельной работе; готовится ко всем урокам; занимает в классе благоприятное статусное положение.

2. Средний уровень адаптации. Первokлассник положительно относится к школе, ее посещение не вызывает отрицательных переживаний; понимает учебный материал, если учитель излагает его подробно и наглядно; усваивает основное содержание учебных программ; самостоятельно решает типовые задачи; бывает сосредоточен только тогда, когда занят чем-то для него интересным; общественные поручения выполняет добросовестно; дружит со многими одноклассниками.

3. Низкий уровень адаптации. Первоклассник отрицательно или индифферентно относится к школе, нередко жалобы на нездоровье; доминирует подавленное настроение; наблюдаются нарушения дисциплины; материал который предоставляет и объясняет учитель усваивается частично, работа с учебником самостоятельно развита плохо; при выполнении самостоятельных учебных заданий не проявляет интереса; к урокам готовится нерегулярно, ему необходим постоянный контроль, систематические напоминания и побуждения со стороны учителя и родителей; сохраняет работоспособность и внимание при удлинённых паузах для отдыха; близких друзей не имеет, знает по именам и фамилиям лишь часть одноклассников» [3].

«Все многообразие школьных трудностей можно условно разделить на два типа (Безруких М.М.):

1. специфические, имеющие в основе те или иные нарушения моторики, зрительно-моторной координации, зрительного и пространственного восприятия, речевого развития и т.п.;
2. неспецифические, вызванные общей ослабленностью организма, низкой и неустойчивой работоспособностью, повышенной утомляемостью, низким индивидуальным темпом деятельности» [1].

Результатом возникновения дезадаптации первоклассника является проявление всех ее негативных сторон, которые имеют непосредственную связь с нарушениями в образовательной деятельности. Такой ученик не может долго усидеть на месте, он неорганизован, все время отвлекается, не проявляет желание выполнять какую-либо образовательную деятельность, пока его к ней не принудят и не отругают, а если и выполняет, то с большой неохотой низкой производительностью и низким качеством, он не способен понять задание, осмыслить его целиком и работать сосредоточенно, без отвлечений и дополнительных напоминаний, он не умеет работать обдуманно, по плану. Подчерк у таких детей неустойчив, корявые

расползающиеся некрасивые, разные по величине и ширине неаккуратные буквы - вот его характерные черты. Частые ошибки – недописывании букв, слогов и предложений, случайные замены и пропуски, пренебрежением правил использования письма – все это вызвано несоответствием темпов деятельности данного ребенка и класса и отсутствием концентрации внимания на выполняемую деятельность. Эти причины определяют и характерные трудности чтения: букв, пропуски слов, (невнимательное чтение), угадывание, возвратные движения глаз («спотыкающийся» ритм), быстрый темп чтения, но плохое восприятие прочитанного (механическое чтение), медленный темп чтения. При обучении математике трудности выражаются в неустойчивом почерке (цифры неровные, растянутые), фрагментарном восприятии задания, трудностях переключения с одной операции на другую, трудностях переноса вербальной инструкции в конкретное действие [23].

Основная роль в создании благоприятного психологического климата в классе, несомненно, принадлежит и учителю, учитель выступает регулятором благоприятной обстановки. Ему необходимо постоянно работать над повышением уровня учебной мотивации, создавая ребенку ситуации успеха на уроке, во время перемены, во внешкольной деятельности, в общении с одноклассниками. Совместные усилия учителей, педагогов, родителей, врачей и школьного психолога способны снизить риск возникновения у ребенка школьной дезадаптации и трудностей обучения.

На основании изученной литературы по теме исследования можно сделать следующий вывод: для достижения эффективности в обучении детей 6 - 7 лет необходимо формировать положительное, эмоциональное отношение к занятиям. Руководство деятельности детей первого года обучения в школе следует осуществлять широко используя (особенно в первом полугодии) методы дошкольного воспитания, с частичным применением школьных методов. Необходимо соблюдать преемственность дошкольных и школьных методов работы при формировании коллектива



детей первых классов и организации их межличностного общения, организовывать деятельность младших школьников, так как это положительно складывается на психологической адаптации детей к новым условиям, формировать способность к ролевому и личностному общению [22].

Необходимо учитывать индивидуальные возрастные особенности, которые проявляются в уровне обучаемости в темпе усвоения знаний, отношений к интеллектуальной деятельности, так как они могут привести к дезадаптации [19].

Таким образом в данном подпункте мы рассмотрели теорию, понятия, структуру и уровни адаптации детей к школе, которые раскрывают сущность социально-психологического сопровождения первоклассника.

## **1.2 Социально-психологическое сопровождение первоклассников**

Социально-психологическое сопровождение – сложный этап формирования сопровождающего, результатом которого является разрешение ситуации жизненного выбора, решения и действия, которое влечет за собой изменения положения сопровождающего. Проще говоря это специально созданные условия в которых будет происходить процесс привыкания первоклассника к школьным условиям [15].

Цель социально – психологического сопровождения первоклассников - создание педагогических и социально - психологических условий, позволяющих ребёнку успешно функционировать и развиваться в школьной системе отношений. Это возможно за счёт последовательного решения педагогическим коллективом и психологами школы задач:

1. Выявление особенностей психолого-педагогического статуса каждого школьника с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих у них в процессе обучения, общения.

2. Создание системы психолого-педагогической поддержки всех первоклассников в период их первичной школьной адаптации, позволяющей им не только приспособиться к школьным требованиям, но и всесторонне развиваться и совершенствоваться в различных сферах общения и деятельности.

3. Создание специальных педагогических и социально-психологических условий, позволяющих осуществлять развивающую, коррекционно-формирующую работу с детьми, испытывающими различные психолого-педагогические трудности в процессе адаптации к новым условиям школы.

Совершенно очевидно, что для школы, ее социально-педагогической и психологической службы, задача построения эффективной системы психолого-педагогического сопровождения детей и детских коллективов в период адаптации, к школе, выходит на первый план. Психолого-педагогическое сопровождение в современных исследованиях рассматривается как особый вид помощи и поддержки ребенка, которое обеспечивает его прогрессивное развитие в условиях образовательного процесса [9].

Полноценное развитие ученика на всех ступенях школьной жизни складывается из двух составляющих:

1. реализация тех возможностей, которые открываются перед ребенком на данном этапе возрастного развития;
2. реализация тех возможностей, которые определяются, данной ему, социально-педагогической средой.

Эти две составляющие должны согласовываться, взаимодополнять друг друга. Привести их в соответствие – задача всего педагогического коллектива. Но особая роль здесь принадлежит педагогу-психологу. Поэтому психолого-педагогическое сопровождение – это еще и метод работы педагога-психолога, представляющий собой целостную, системно организованную деятельность, в процессе которой создаются социально-

психологические и педагогические условия для успешного обучения и психологического развития каждого ребенка в школьной среде. Эта работа является одной из наиболее сложных, поскольку протекает внутри социальных систем и предметом её является ситуация развития ребёнка как система его отношений с миром, окружающими взрослыми и сверстниками, с самим собой [11].

Психолог должен определять не только программу своей собственной деятельности, но и деятельности всех взаимодействующих социокультурных систем. Это требует от педагогов-психологов наряду с диагностическими, консультативными и коррекционными умениями способности к системному анализу проблемных ситуаций и проектированию деятельностей, направленных на их разрешение. Последнее невозможно без соответствующего (методологического) обеспечения [12].

«Идея сопровождения как воплощение гуманистического и личностно-ориентированного подходов последовательно и детально разрабатывается в настоящее время в работах М.Р. Битяновой, и Е.Е. Кравцовой в трёх основных плоскостях:

1. ценностно-смысловые основания метода сопровождения;
2. организационные модели сопровождающей деятельности;
3. содержание и технологии психолого-педагогического сопровождения» [2].

«М.Р. Битянова указывает ценности, на которые опирается метод сопровождения:

1. Ценность психологического развития ребенка – предполагает бережное отношение к внутреннему психическому миру ребенка, его потребностям, особенностям, отношению к миру и к самому себе. Образовательный процесс не может вмешиваться в ход психологического развития ребенка, нарушая его закономерности развития. Взрослые сопровождающие ребенка, должны уметь жертвовать определенными социально-педагогическими целями, если их достижение влечет за собой разрешение внутреннего мира ученика [2].

2. Ценность индивидуального пути развития ребенка – несоответствие его индивидуальности возрастным закономерностям и образовательным стандартам может казаться отклонением лишь в том случае, если оно влечет за собой дезадаптацию и потерю социальной адекватности, в иных случаях можно судить о индивидуальном пути развития ребенка, имеющем право на существование и самореализацию [13].
3. Ценность самостоятельного выбора ребенком своего жизненного пути – задачей взрослых выступает – помочь сформировать способность и готовность ребенка к осознанию своих возможностей, потребностей и самостоятельности. Взрослые не должны выполнять ту деятельность, которую ребенок должен делать сам, они должны научить его самостоятельности, научить ставить перед собой цели и задачи, и решать их в соответствии с социальными рамками целями и ценностями окружающих людей» [2].

Профессиональная и личностная позиция педагога-психолога, отражающая ценностно-смысловую основу сопровождающей деятельности, реализуется в следующих принципах:

1. приоритетность целей, ценностей и потребностей развития внутреннего мира самого ребенка;
2. опора на наличные силы и потенциальные возможности личности, вера в эти возможности;
3. ориентация на создание условий, позволяющих ребенку самостоятельно строить систему отношений с миром, окружающими людьми, самим собой и самостоятельно преодолевать трудности;
4. безопасность, защита здоровья, прав, человеческого достоинства ребёнка [8].

По мнению И.В Дубровиной: «Для современных систем психолого-педагогического сопровождения характерны следующие организационные принципы, также составляющие его методологическую базу:

1. комплексный, междисциплинарный, интегративный подход к решению любой проблемы развития ребенка;
2. равнозначность программ сопровождения ребенка в проблемной ситуации и программ предупреждения возникновения проблемных ситуаций;
3. гарантия непрерывного сопровождения развития ребенка в образовательном процессе;
4. информационное и диагностическое обеспечение процесса сопровождения;
5. социально-педагогического и психологического проектирования в процессе сопровождения;
6. рефлексивно-аналитический подход к процессу и результату психолого-педагогического сопровождения;
7. ориентация на работу в современном правовом поле» [7].

Что касается организационных моделей сопровождения, то Е.Е. Кравцова отмечает, что: «Можно выделить три основных вида сопровождения:

1. предупреждение возникновения проблемы;
2. обучение сопровождаемых методам решения проблем в процессе разрешения проблемных ситуаций;
3. экстренная помощь в кризисной ситуации.

Кроме того, называет еще два вида сопровождения:

1. индивидуально-ориентированное;
2. системно-ориентированное» [17].

«Для предупреждения и возникновения проблем возникающих в процессе адаптации, характерных для большой группы детей наиболее подходит системно-ориентированная модель сопровождения, которая была предложена М.Р. Битяновой, педагогом-психологом, этот вид сопровождения призван решать три основные задачи: «

1. Отслеживать особенности психологического развития ребенка на различных этапах обучения (диагностический минимум). Показатели развития ребенка сравниваются с содержанием психолого-педагогического статуса. В случае соответствия можно делать вывод о благополучном развитии, и дальнейшее развитие направлять на создание условий для перехода на следующий этап возрастного развития. В случае несоответствия изучается причина и принимается решение о путях коррекции: либо снижаются требования для данного ребенка, либо развиваются его возможности [14].
2. Создавать специальную среду с комфортными психологическими условиями, с учетом индивидуальных особенностей, для полноценного развития каждого ребенка в рамках его возрастных и индивидуальных возможностей. Данная задача решается с помощью таких средств, как просвещение, активное психологическое обучение родителей, педагогов и самих детей, методическая помощь, развивающая психологическая работа.
3. Создавать специальные психологических условий для предоставления и оказания помощи детям, испытывающим трудности психологического развития. Большинство первоклассников в пределах возрастной нормы не реализуют свой потенциал, «не берут» из данной им педагогической среды то, что им в принципе под силу взять. На них также ориентирована специальная работа школьного психолога. Данная задача решается средствами коррекционно-развивающей, консультационной, методической и социально-диспетчерской работы» [2].

«В организационной модели сопровождения М.Р. Битяновой, которой придерживаемся и мы, в качестве «базисных элементов выделяются»: социально-психологический статус, характеристика требований-возможностей ребенка определенного возраста, представляющая некий ориентир, содержательную основу для диагностики, коррекционной и

развивающей работы, диагностический минимум (набор методик), позволяющий выявить те или иные показатели развития: психолого-педагогический консилиум как метод «сборки» целостного портрета ребенка и класса для выработки стратегии сопровождения и конкретизации составляющих работы» [2].

По словам М.Р. Битяновой: «Организационная модель сопровождения достаточно универсальна и может быть использована на любом этапе школьного обучения» [2].

Именно от нее мы отталкивались, когда предлагали алгоритм (процессуальные шаги) и схематично описывали содержание программы психолого-педагогического сопровождения адаптации ребенка к школе в 1-ой части методического пособия «Адаптация к школе. «Диагностика, предупреждение и преодоление дезадаптации». Однако следует заметить, что содержание и последовательность действий педагога-психолога в психолого-педагогическом сопровождении адаптации детей к школе существенно зависят от той конкретной школьной среды, в которой осуществляется обучение и развитие личности ребенка. Обычная массовая школа – одни возможности, одни ориентиры в работе. Маленькая, уютная школа – другие» [2].

Большое значение имеют образовательные технологии, используемые в школе, общие педагогические принципы, применяемые учителями. Вариативность программ сопровождения задают и характеристики социума, в частности, условия семейного воспитания, установки и ценностные ориентации родителей. Наконец, концептуальная база и профессиональные возможности самого педагога-психолога – еще одно основание для вариативности программ сопровождения. В то же время закономерности возрастного развития детей в этот период задают и некие общие ориентиры психолого-педагогического сопровождения [25].

Таким образом, успешность социального сопровождения первоклассников зависит от совместной деятельности педагогического коллектива и родителей.

### **1.3 Адаптация детей, поступающих в первый класс**

Поступление в школу вносит серьезные изменения в привычную жизнь ребенка считает Т.А. Соловьева: «Школа с первых дней ставит перед ребенком целый ряд задач, требований, правил и ограничений, которые требуют мобилизации его интеллектуальных и физических сил. Поэтому необходимо время, для осуществления адаптации к школьному обучению, чтобы ребенок привык к новым условиям и научился соответствовать новым требованиям [29].

Для эффективности адаптационного процесса необходимо ежегодное проектирование адаптационного периода, наиболее интенсивно осуществляемого в первые 3-5 дней пребывания детей в школе.

Г.А. Цукерман называет этот период: «Своеобразной инициацией в новый возраст, в новую систему отношений со взрослым, сверстниками, самим собой» которая должна реализовывать создание собственных правил на основе реального опыта сотрудничества и осмысления того, что мешает и помогает общему процессу развития. Для этого важно создать доброжелательную атмосферу взаимодействия в классе, познакомить детей друг с другом, с учителями, со школой и школьными правилами, что должно способствовать снятию тревожности. Для первоклассников очень важно «вжиться» в позицию школьника (поэтому необходимо показать различие: школьник – не школьник), освоить организационные навыки и умения для учебы в школе. Это, прежде всего, основные правила поведения на уроке, навыки индивидуальной и коллективной работы, организация обратной связи с учителем, навыки самооценки и соотнесение ее с оценкой другого (взрослого или сверстников). Первое что надо сделать – расположить



ребенка к себе, чтобы он нашел того человека, который по его мнению будет обеспечивать его защиту, к примеру - «Не плачь, дорогой, посмотри — сколько вокруг детей и никто не плачет...» — если учительница встретит испуганного первоклашку такой ласковой, доброжелательной речью, то первое, что она сообщит ему, — это неприятие его чувств и предпочтение других детей. «Я плачу, а ей это не нравится. Ей нравлюсь не я, а другие дети», — вот что может услышать ребенок в словах самого искреннего, благожелательного, но не принявшего детских слез учителя, поэтому ребенка в первую очередь нужно пожалеть и найти пути решения приобщения его к другим детям, не нужно его как-то выделять или обособливать, нужно его уравнивать со остальными» [30].

Чтобы адаптационный период был эффективным, по мнению Г.А. Цукерман и К.Н. Поливановой, необходимы следующие этапы его организации: «

1. разработка психологом примерного варианта программы адаптационного периода и/или алгоритма (логики) его проведения;
2. осознание педагогами идеи адаптационного периода и приятие его смысла;
3. создание педагогами-классными руководителями программы адаптационного периода с учетом специфики класса и собственных возможностей на основе базовой программы;
4. обеспечение директором школы и его заместителем организационных условий для проведения адаптационного периода (приказ по школе, предоставление кабинетов для работы, изменение расписания и т.д.);
5. привлечение к проведению адаптационного периода специалистов (учителей физкультуры, музыки, пения, библиотекаря и др.) для проведения тех или иных коллективных творческих дел;
6. промежуточный анализ и корректировка программы психологом, классными руководителями в соответствии с проявленными психологическими особенностями детей;

7. обобщение классными руководителями материалов индивидуальной и коллективной работы детей и представление результатов классу и родителям (это могут быть рисунки, поделки, проекты, первые страницы начавшейся «летописи класса», любые продукты деятельности детей);
8. проведение родительских собраний для выяснения ожиданий родителей в связи с обучением их ребенка в школе и ознакомления с итогами и материалами адаптационного периода;
9. итоговый анализ результатов адаптационного периода психологом, педагогами, постановка психолого-педагогических задач для каждого конкретного класса [30].

Основная форма поддержки ребенка в адаптационный период – различные развивающие игры. Эти игры, имеющие глубокий психологический смысл для ребенка и детского коллектива, часто принимают внешне очень простые, незамысловатые формы, легки в исполнении, интересны детям. Как показывает опыт, педагоги, зная огромное количество таких игр и упражнений, нередко затрудняются при выявлении их психологического значения, анализа результатов игры, планировании целенаправленного воздействия на ребенка или группу в процессе тех или иных занятий. Именно в этом им мог бы помочь школьный психолог [19].

По мнению Ю.А. Соколовой: «Игровые упражнения благоприятно воздействуют на эмоциональный фон, физиологические системы, внимание и работоспособность ребенка. Другие развивают «комплекс произвольности», пробуждают активность ребенка, учат самоконтролю и саморегуляции, тренируют ловкость, быстроту реакции, активизируют и развивают мыслительные процессы. Все коллективные игры потребуют от детей навыков сотрудничества, конструктивного взаимодействия, многие из них развивают способность к сопереживанию, эмпатии. На данный момент, в различных методических пособиях, адресованных как психологу, так и педагогу, предлагаются различные коррекционно-развивающие игры. Поэтому в данном методическом пособии мы не приводим примеры

конкретных игр, а акцентируем внимание на необходимости выявления психологического значения игр и помощи педагога-психолога учителям начальной школы» [28].

Опыт показывает, что многие учебные программы, применяемые сегодня в массовой школе, в большей или меньшей степени нуждаются в «психологической шлифовке», а в адаптации к конкретным детям и подавно. Но если даже педагог работает строго по определенной программе и считает её идеальной, то есть еще и методики преподавания, личный стиль. А это – благодатная почва для самоанализа и самосовершенствования.

Методическая работа педагогов, работающих с первоклассниками, начинается с их внимательного ознакомления с таблицей психолого-педагогических требований просветительских и семинарских мероприятий, позволяющих педагогам уяснить педагогическую и психологическую суть и значение каждой характеристики. Далее им предлагается осмыслить используемую ими в настоящий момент учебную программу с точки зрения того, как она способствует формированию перечисленных в таблице качеств, умений и способностей школьников. Прежде всего – с точки зрения учебной деятельности. А затем – предложить и апробировать те методические и содержательные изменения, которые, по мнению педагога, сделают программу более психологически адекватной. В конце – описать и проанализировать проделанную работу [12].

Опыт использования данной консультативной деятельности показывает, что педагоги испытывают вначале большие трудности в осуществлении анализа особенностей своей профессиональной деятельности и возможностей учебной программы с точки зрения их направленности на развитие важнейших компонентов психолого-педагогического статуса школьника. Чрезвычайно полезным и значимым является соотнесение тех требований к реальным предпосылкам формирования учебной деятельности и психолого-педагогическому статусу школьников у детей, которые только поступили в первый класс. Анализируя полученные данные педагог получает

нас увидеть те пункты таблицы, по которым среднегрупповые показатели особенно низки или не удовлетворяют самого педагога. Это позволит выделить актуальные вопросы своей методической деятельности и направления усовершенствования учебной программы [11].

Д.Б. Эльконин, много лет проработавший учителем начальных классов, вспоминал, как ребенка в первом классе на первом уроке просили нарисовать 4 кружочка, а затем раскрасить три - желтым и один - синим. «Дети красили разными цветами и говорили – «Так красиво». Это наблюдение показывает, что правила еще не стали правилами поведения ребенка; с такими детьми надо еще работать, приводить к соответствующему школьному виду. Другое наблюдение: после первых уроков учитель не задает задание на дом. Дети говорят: «А уроки?» Это показывает, что уроки важны для них, так как ставят в определенное отношение к окружающим. Еще одно наблюдение: перемена в школе Учитель – «гроздь винограда», ученику обязательно нужно дотронуться до учителя. Это остатки прежних отношений, прежних форм общения» [31].

В начале школьного обучения, в первом классе и всего периода начальной школы, у педагогов и психологической службы есть достаточно много возможностей и шансов наладить эффективное взаимодействие с семьей, привлечь родителей к психолого-педагогическому сопровождению адаптации детей к школе [10].

Приоритетными для педагога-психолога являются следующие задачи:

1. установление доброжелательного контакта, создание доверительных отношений с родителями, которые являются залогом того, что со своими проблемами, сомнениями и вопросами родители пойдут в школу и к психологу, своими наблюдениями честно поделятся;
2. повышение психологической компетентности родителей в тех вопросах, которые наиболее актуальны с точки зрения переживаемого детьми периода развития;

3. принятие родителями на себя определенной ответственности за то, что происходит с их ребенком в школе.

Если этого удалось добиться, можно рассчитывать на сотрудничество с родителями в решении проблемных для ребенка ситуаций. Формы же работы, в свою очередь, могут быть традиционными (групповые и индивидуальные консультации, родительские собрания), и нетрадиционными (психолого-педагогический театр, родительские клубы, социально-психологические тренинги). Собрания и встречи желательно проводить регулярно – примерно раз-два в месяц, обсуждая с родителями трудности адаптационного периода, рассказывая о формах поддержки ребенка, оптимальных домашних формах решения школьных проблем, делаясь информацией об успехах и трудностях ребенка, возникающих в процессе обучения и адаптации [7].

В содержательном отношении круг обсуждаемых вопросов во взаимодействии с родителями может быть весьма разнообразен. Одним из элементов содержательного взаимодействия с родителями (в ходе собраний, консультаций, письменного общения и т.д.) является разработка рекомендаций, памяток для родителей. Ярким примером интеграции образовательного процесса, основанным на сотрудничестве педагога и психолога с родителями, является родительский клуб.

Основными целями создания и организации деятельности родительского клуба являются повышение психологической компетентности родителей, способствующей оптимизации детско-родительских отношений, создание условий для эмпатийно-личностного общения между членами семьи, формирование установки на сотрудничество со школой в целях успешного обучения, воспитания и развития личности ребенка. Проведение заседаний родительского клуба предполагает решение сразу нескольких задач, исходящих из функций клуба: просветительской, прогностической, диагностической, консультативной, развивающей, коррекционной.

Просветительская функция - знакомство с теоретическими основами психологии и педагогики, погружение и систематизация знаний о закономерностях развития ребенка [5].

Прогностическая функция - установление прогнозов дальнейших детско-родительских отношений, которые влияют на социализацию ребенка, его адаптацию в школьной среде, становление позиции школьника.

Диагностическая функция - объективная имеющейся семейной ситуации развития ребенка, условия его воспитания в семье, направлена на более глубокое понимание родителями собственного ребенка [8].

Развивающая функция - осуществляет помощь в развитии разнообразных умений, важных во взаимодействии с детьми и развитии самого ребенка.

По мнению И.В. Дубровиной коррекционная функция - корректировка неэффективных родительских воспитательных установок на более эффективные.

Консультативная функция предполагает следующее:

1. укрепление уверенности родителей в их собственных возможностях;
2. помощь в установлении теплых отношений в семье;
3. обеспечение безопасной атмосферы, в которой родители могут работать с собственными внутриличностными проблемами и проблемами, касающимися отношений с детьми и своей родительской роли.

Коррекционно-развивающая работа в учреждении образования представляет собой совокупность психолого-педагогических воздействий, предполагающих либо исправление, либо профилактику недостатков и отклонений в развитии ребенка. Соответственно, коррекционно-развивающая работа с детьми в период адаптации детей к школе представляет собой совокупность психолого-педагогических воздействий, предполагающих профилактику и преодоление школьной дезадаптации, которая может проявляться на физиологическом, познавательном, социально-психологическом и личностном уровне [9].

Подчеркивая специфику психокоррекционного процесса, специалисты нередко склонны отграничивать его от развивающего процесса. При этом отмечают, что психокоррекция имеет дело с уже сформированными чертами и направлена на их исправление, основная же задача развития состоит в том, чтобы сформировать у человека отсутствующие или недостаточно развитые психологические качества [6].

По мнению Н.И. Дубровиной: «Коррекционная работа помогает преодолевать трудности развития, развивающая направлена на профилактику и предупреждение проблем развития. Однако в реальном процессе психологической помощи оба вида воздействия тесно переплетаются между собой, поэтому применительно к психолого-педагогическому сопровождению адаптации ребенка к школе уместно пользоваться понятием «коррекционно-развивающая работа». Выбор целей и направленности коррекционно-развивающей работы, то есть стратегия ее осуществления, определяется тремя основными принципами: нормативности развития, коррекции «сверху вниз» и системности развития психической деятельности. Тактика коррекционно-развивающей работы, т.е. выбор средств и способов достижения поставленных целей, вытекает из так называемого деятельностного принципа коррекции и развития» [11].

Общей целью коррекционно-развивающей работы на этапе адаптации детей к школе, является формирование и развитие психических процессов и навыков детей, способствующих успешной адаптации первоклассников в ситуации школьного обучения. Достижение этой цели возможно, как полагают многие специалисты, в процессе реализации следующих задач:

1. Формирование устойчивой учебной мотивации на фоне позитивной «Я-концепции» детей, устойчивой самооценки и низкого уровня тревожности.
2. Развитие у детей социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений со сверстниками и соответствующих ролевых отношений с педагогами.

3. Развитие у детей когнитивных умений и способностей, необходимых для успешного обучения в начальной школе. Комплекс этих умений и навыков входит в понятие психологической готовности к школе.

Очевидно, что эти задачи должны рассматриваться в комплексе, так как только целостное воздействие на личность ребенка может привести к устойчивому позитивному изменению или формированию определенных психологических феноменов [12].

В то же время существование различных моделей по мнению И.В. Дубровиной, объясняющих причины трудностей развития ребенка: «Опора на разные уровни организации психических процессов, а также конкретная диагностика уровня готовности детей к школьному обучению, выявление актуального уровня, зоны ближайшего развития ребенка и его ресурсов расширяют (углубляют), конкретизируют цели и задачи коррекционно-развивающей работы, тем самым определяя вариативность ее содержания, многообразия стратегий и тактик» [10].

Каждый период детского развития начинается в сфере человеческих отношений. Любая деятельность не может развиваться, если она не встроена в новую систему отношений ребенка с обществом. Поэтому начальный этап обучения детей с неизбежностью диктует повышение уровня социального функционирования, формирования доверия к окружающему миру через ситуации успеха как в основной учебной деятельности, так и в общении со сверстниками и учителем [9].

Соответственно, программы работы с детьми в период адаптации включают, как правило, задачи развития и коррекции коммуникативных навыков, например:

1. формирование установок на взаимодействие и доброжелательное отношение к одноклассникам;
2. становление умения владеть средствами общения;
3. коррекция и развитие адекватного полоролевого поведения;
4. формирование этически ценных норм взаимоотношений;



5. коррекция агрессивности, развитие умения разрешать конфликтные ситуации;
6. развитие умения оказывать и принимать знаки внимания, слушать и понимать другого;
7. формирование установок на сотрудничество, умения работать в группе;
8. развитие способности работать в коллективно-распределительных формах деятельности.

Наиболее значимой проблемой психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации детей к школе является проблема принятия ребенком новой социальной роли, развитие его позитивной Я-концепции, формирование устойчивой учебно-познавательной мотивации [17].

Решение этой проблемы связано с реализацией следующих задач коррекционно-развивающей работы:

1. развитие эмоций и способов безопасного эмоционального реагирования;
2. коррекция страхов и снижение тревожности;
3. формирование позитивного отношения к школе, учению;
4. выработка адекватного отношения к ошибкам и неудачам;
5. формирование эффективного адаптационного стиля и способности преодолевать трудности;
6. формирование стремления к реализации своих способностей и другие задачи.

Перспективной задачей в содержании коррекционно-развивающей работы с первоклассниками является выработка у детей эффективного адаптационного стиля, способностей и умений самостоятельно справляться с проблемами [18].

Проводилось тестирование детей с целью отбора наиболее подготовленных к обучению и отсева более слабых. В настоящее время в общеобразовательных школах эта процедура отменена. Необходимость обучать всех без исключения детей требует переформулировки задачи:

обследование психологической готовности детей к обучению должно проводиться не с целью отсева, а для знакомства с будущими учащимися, выявления их сильных и слабых сторон, наиболее рационального комплектования классов. По мнению Н.И. Гуткина: «Психологическая готовность к школьному обучению – это комплекс психических качеств, необходимых ребенку для успешного начала обучения в школе. Включает положительное отношение к школе и учению (мотивационную готовность), достаточно высокий уровень развития произвольности поведения (волевую готовность), наличие определенного запаса знаний, умений и навыков, уровень развития познавательных процессов (умственную готовность), а также сформированность качеств, обеспечивающих установление взаимоотношений со взрослыми и сверстниками, вхождение в жизнь классного коллектива, выполнение совместной деятельности (нравственную готовность)» [7].

Далее рассмотрим психологический портрет идеального первоклассника по мнению М.Р. Битяновой: «

#### 1. Педагогическая готовность:

- хороший словарный запас;
- хорошая общая осведомлённость;
- умение развёрнуто ответить на вопрос;
- навыки чтения;
- навыки счета;
- навыки письма;
- навыки рисования;
- звуковая культура речи (чистая речь) [2].

#### 2. Интеллектуальная готовность:

- дифференцированность восприятия как основа мышления;
- планомерность восприятия (наблюдательность);
- развитое воображение;
- хорошая ориентировка в пространстве и времени;

- развитое наглядно-образное мышление;
- умение выделять существенное в явлениях окружающей действительности;
- умение сравнивать их, видеть сходное и отличное;
- развитая тонкая моторика (владение карандашом, ручкой, ножницами, навыки рисования);
- хорошая память;
- развитая регулирующая функция речи (выполняет словесные инструкции);
- интеллектуальная активность (умение превратить учебную задачу в самостоятельную цель деятельности);
- предпосылки абстрактно-логического мышления:
  - способность понимать символы;
  - способность формулировать вопросы;
  - способность самостоятельно рассуждать, находить причины явлений и делать простые выводы [11].

### 3. Мотивационная готовность:

- выраженность познавательных интересов;
- стремление освоить роль школьника (хочет ходить в школу, иметь портфель);
- принятие системы требований, предъявляемых школой и учителем [12].

### 4. Эмоционально-волевая готовность:

- умение управлять своим поведением (на уроке, во время перемены);
- сохранение работоспособности в течение одного урока и в течение учебного дня;
- эмоциональная устойчивость (регуляция эмоций);
- произвольная регуляция внимания:
  - концентрация внимания;
  - устойчивость внимания;
  - переключение внимания;
- умение задерживать свои импульсы (например, не перебивать других в

разговоре);

- умение продлить действие, приложив к этому волевое усилие [7].

5. Коммуникативная готовность:

- желание общаться со взрослыми и детьми;

- умение установить контакт с учителем;

- сохранение чувства дистанции;

- способность к личностному контакту со взрослым (в противовес ситуативному);

- умение устанавливать контакт со сверстниками;

- умение войти в детский коллектив и найти свое место в нем;

- умение выполнять совместную работу;

- умение поддерживать равноправные взаимоотношения со сверстниками» [2].

Н.И. Вьюнова отмечает: «Следует заметить, что категоризация ответов педагогов (т.е. схема значимых характеристик первоклассника) может быть и иной. Так, желая выделить физиологический, социальный и психологический аспекты готовности к школьному обучению, ответы педагогов по образу идеального первоклассника структурируются в соответствии с этими блоками качеств первоклассника». В этой схеме основным содержанием понятия «Психологическая готовность к обучению в школе» является «Готовность к учебной деятельности и учению»» [5].

Как уже говорилось, начальный период обучения достаточно труден для всех детей, поступивших в школу. В ответ на новые повышенные требования к организму первоклассника в первые недели и месяцы обучения могут появиться жалобы детей на усталость, головные боли, возникнуть раздражительность, плаксивость, нарушение сна. Снижаются аппетит детей и масса тела. Случаются и трудности психологического характера, такие как, например, чувство страха, отрицательное отношение к учебе, учителю, неправильное представление о своих способностях и возможностях. Описанные выше изменения в организме первоклассника,

связанные с началом обучения в школе, некоторые зарубежные ученые называют «адаптационной болезнью», «школьным шоком», «школьным стрессом» [6].

По степени адаптированности Т.А. Соловьева выделяет три группы детей: «

1. Быстро приспособливающиеся с высоким уровнем адаптации (период адаптации 1-2 месяца), такие дети довольно быстро находят себе друзей, вливаются в новый коллектив и осваиваются в новых условиях. Они отличаются спокойствием, хорошим настроением, доброжелательностью, добросовестностью и они выполняют все требования, которые исходят от учителя, не ощущая существенного напряжения. Но бывает так что им трудно выполнять все предъявляемые к ним требования, обусловленные правилами поведения и в большинстве случаев возникают сложности при установлении контакта со сверстниками, как правило, ближе к зиме стоящие перед ними трудности преодолеваются и первоклассник полностью входит в свой статус и начинает себя ощущать полноценным учеником, осознающим требования и правила поведения в новой социокультурной среде;
2. Приспособливающиеся с длительным периодом адаптации (от 4-6 месяцев), такие дети адаптируются значительно дольше первой группы и связано это, прежде всего, с непринятием ими своего нового положения и общения с учителем другими детьми, их поведение не соответствует нормам принятых их возрастом и правилам школы. Они не реагируют на замечания учителя, или начинают пускать слезу, затаивать обиды. Эти дети по мнению Т.А. Соловьевой в большей мере испытывают трудности в усвоении учебной программы, по окончании первого полугодия реакции этих детей становятся адекватными требованиям школы и учителя;
3. Дети со значительными трудностями с социально-психологической адаптацией. По мнению Т.А. Соловьевой: «Такие дети склонны к негативизму, к проявлению отрицательных эмоций, им очень тяжело

осваивать стандартную учебную программу, в большинстве случаев на таких детей жалуются педагоги, говоря о том, что они «мешают» работе с другими детьми» [29].

В первые годы обучения по мнению Т.В. Костяк: «Большинство родителей и учителей сталкиваются со следующими проблемами:

1. Хроническая неуспешность;
2. Уход от деятельности;
3. Негативизм;
4. Вербализм;
5. Ребенок ленится.

Он начинает увивать от любого действия, если не убежден, что делает правильно, хорошо, ибо уже знает, что его будут любить родители, если он все сделает хорошо, а если нет, то он не получит той необходимой для него «порции» любви. Реже бывает лень в собственном смысле, когда ребенок делает только то, что ему приятно. Это избалованность» [15].

Оказание ребенку помощи в адаптации к школьным условиям. Самый важный результат такой помощи - это восстановить у ребенка положительное отношение к жизни, в том числе и к повседневной школьной деятельности, ко всем лицам, участвующим в учебном процессе (ребенок - родители - учителя). Когда учеба приносит детям радость или хотя бы не вызывает негативных переживаний, связанных с осознанием себя неполноценным, недостаточным любви, тогда школа не является проблемой [12].

По мнению Н. Д Журавлева: «Ребенку, начинающему обучение в школе, необходима моральная и эмоциональная поддержка. Его надо не просто хвалить (и поменьше ругать, а лучше вообще не ругать), а хвалить именно тогда, когда он что-то делает. Но:

1. ни в коем случае не сравнивать его посредственные результаты с эталоном, то есть с требованиями школьной программы, достижениями

других, более успешных, учеников. Лучше вообще никогда не сравнивать ребенка с другими детьми (вспомните свое детство).

2. Сравнить ребенка можно только с ним самим и хвалить только за одно: улучшение его собственных результатов. Если во вчерашнем домашнем задании он сделал 3 ошибки, а в сегодняшнем - 2, это нужно отметить как реальный успех, который должен быть оценен искренне и без иронии родителями. Следует подчеркнуть, что раз он что-то научился делать хорошо, то постепенно научится всему остальному.

Родители должны терпеливо ждать успехов, так как на школьных делах чаще всего и происходит замыкание порочного круга тревожности. Школа должна очень долго оставаться сферой щадящего оценивания» [14].

С.П. Ефимова считает, что: «Болезненность школьной сферы должна быть снижена любыми средствами: снизить ценность школьных отметок, то есть показать ребенку, что его любят не за хорошую учебу, а любят, ценят, принимают вообще как собственное дитя, безусловно, не за что - то, а вопреки всему. Чем больше мы пытаемся воспитывать, давить, тем больше растет сопротивление, которое проявляется иногда в резко отрицательном, ярко выраженном демонстративном поведении, как уже говорилось, демонстративность, истеричность, капризность порождается отсутствием любви, внимания, ласки, понимания в жизни ребенка» [13].

По мнению Н.И. Вьюновой: «Можно лишь дать некоторые общие рекомендации, каждый случай лучше рассматривать индивидуально. Все замечания свести к минимуму, когда ребенок «фокусничает», а главное к минимуму свести эмоциональность ваших реакций, ибо именно эмоциональности ребенок и добивается. Наказывать за истерики одним способом - лишением общения (спокойное, а не демонстративное). Главная награда - это доброе, любящее, открытое, доверительное общение в те минуты, когда ребенок спокоен, уравновешен, что-либо делает. (Хвалите его деятельность, работу, а не самого ребенка, он все равно не поверит). Мне

нравится твой рисунок. Мне приятно видеть, как ты занимаешься со своим конструктором и т.д.)» [4].

Ребенку надо найти сферу, где он мог бы реализовать свою демонстративность (кружки, танцы, спорт, рисование, изостудии и т.д.) [4].

Таким образом, в данном подпункте мы рассмотрели сущность адаптации детей к новым условиям школы, рассмотрели портрет идеального первоклассника.



## Глава 2 ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКА К ШКОЛЬНОМУ ОБУЧЕНИЮ

### 2.1 База и методы исследования

Экспериментальное исследование адаптации первоклассников к школьному обучению проводилось на базе Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Лицей» в городе Лесосибирске, в обследовании принимали участие 20 детей, поступившие в первый класс на обучение, из них 11 мальчиков и 9 девочек.

Экспериментальное исследование представляет собой ряд диагностических и методических исследований психологической готовности ребенка к школе, что является комплексным образованием, отставание в развитии одного из компонентов психологической готовности влечет за собой отставание в развитии других и именно качественное, своевременное выявление данных отставаний приводит к повышению уровня адаптации ребенка к школьному обучению.

Методики исследования:

1. Методика «Что мне нравится в школе» (авт. Лусканова Н.Г.), данная методика направлена на выявление уровня мотивации первоклассников к школьному обучению, мотивация ребенка играет большую роль для его успешной адаптации к школьным условиям;
2. Методика «Несуществующее животное» (авт. Дукаревич М.З.), данная методика является проективной, она нацелена на выявление скрытых возможностей и страхов ребенка, с ее помощью можно судить о том, как повысить эффективность обучения и адаптации ребенка к школьным условиям;
3. Методика «Градусник» (авт. Фетискин Н.П.), с помощью данной методики состояний осуществляется экспресс-оценка эмоциональных состояний ребенка, кроме того эта методика подходит для любого

возраста, от эмоционального состояния ребенка зависит то, насколько быстро и успешно будет происходить процесс адаптации к школьным условиям.

Методика «Что мне нравится в школе» (авт. Лусканова Н.Г.).

**Цель:** данная методика направлена на выявление отношения детей к школе и мотивационную готовность детей к школьному обучению.

**Инструкция:** «Дети, нарисуйте, что вам больше всего нравится в школе. Рисовать можно все, что хотите. Рисуйте, как сможете, оценки ставиться не будут».

**Оборудование:** стандартный лист бумаги для рисования, карандаш и ластик. Для большей надежности оценки детских рисунков при проведении обследования целесообразно спросить ребенка, что он изобразил, почему нарисовал тот или иной предмет, ту или иную ситуацию.

В ряде случаев по рисункам детей можно судить не только об уровне их учебной мотивации, об их отношении к школе, но и выявить те стороны школьной жизни, которые являются для ребенка наиболее привлекательными.

Методика «Несуществующее животное» (авт. Дукаревич М.З.).

**Цель:** данная методика направлена на диагностику личностных особенностей.

**Описание:** методика является проективной, т.к. не имеет стимульного материала и не является стандартизированной. Методика используется при обследовании детей и взрослых в качестве ориентировочной методики, данные которой помогают выдвинуть гипотезу об особенностях личности. Все признаки интерпретируются символично.

**Процедура проведения:** Предлагается лист А4, толщина средняя, простой карандаш, 6 цветных, ластик, точилка.

**Инструкция:** «Придумайте и нарисуйте животное, которое не существует, его не существовало раньше ни в кино, ни в мультфильмах, ни в сказках, ни в компьютерных играх и назови несуществующим названием».

Психолог отмечает все реакции:

- вербальные;
- невербальные;
- стирания и к чему они приводят;
- порядок рисования объектов, наличие пауз.

По окончании рисования ему предлагают придумать название и ответить на вопросы: (уточнение рисунка, беседа: где живет, с кем, чем питается, какое оно по характеру, настроение у него, что любит, а что нет, есть ли друзья, враги, как с ними борется, чего боится). Представь себе, что оно встретило волшебника, который может исполнить три желания и что оно загадает.

Анализ данных проводится путем интерпретации рисунка и особенности рассказа.

Признаки агрессии на рисунке:

- острые импульсивные линии, сильный нажим;
- общий характер агрессивный, нападающий;
- наличие агрессивных приспособлений (когти, шипы, иглы, пластины, рога);
- вербальная агрессия (жалю, пасть, зубы, изрыгает огонь).

Иногда животное снабжено агрессивными приспособлениями, но характер использования будет указывать не на агрессию, а на страх агрессии. Распознать это поможет интерпретация беседы. Если ребенок говорит, что это нужно чтобы защищаться, обороны и т.д., то можно говорить о страхе агрессии.

Признаки агрессии в рассказе:

- злой характер;
- питается животными, людьми;
- очевидные указания на агрессию (рушить, ломать, убивает, поедает), причем, если признаки агрессии не наблюдаются в поведении, а в рисунке, рассказе они не выявлены – это агрессия подавляемая;
- удаленное место жительства;

- одиночество животного.

Интерпретация.

Общие замечания.

Метод интерпретации рисуночных тестов, в том числе и «Рисунка несуществующего животного» построен на теории психомоторной связи. Для регистрации состояния психики используется исследование моторики (в частности, моторики рисующей доминантной правой руки, зафиксированной в виде графического следа движения, рисунка). По мнению И.М. Сеченова, всякое представление, возникающее в психике, любая тенденция, связанная с этим представлением, заканчивается движением (буквально: «Всякая мысль заканчивается движением»).

Если реальное движение по какой-то причине не осуществляется, то в соответствующих группах мышц суммируется определенное напряжение энергии, необходимой для осуществления ответного движения (на представление - мысль). Так, например, образы и мысли-представления, вызывающие страх, стимулируют напряжение в группах ножной мускулатуры и в мышцах рук, что оказалось бы необходимым в случае ответа на страх бегством или защитой с помощью рук — ударить, заслониться.

Тенденция движения имеет направление в пространстве: удаление, приближение, наклон, выпрямление, подъем, падение. При выполнении рисунка лист бумаги (либо полотно картины) представляет собой модель пространства и, кроме состояния мышц, фиксирует отношение к пространству, т.е. возникающую тенденцию. Пространство, в свою очередь, связано с эмоциональной окраской переживания и временным периодом: настоящим, прошлым, будущим. Связано оно также с действенностью или идеально-мыслительным планом работы психики. Пространство, расположенное сзади и слева от субъекта, связано с прошлым периодом и бездейственностью (отсутствием активной связи между мыслью-представлением, планированием и его осуществлением). Правая сторона,

пространство спереди и вверху связаны с будущим периодом и действенностью. На листе (модели пространства) левая сторона и низ связаны с отрицательно окрашенными и депрессивными эмоциями, с неуверенностью и пассивностью. Правая сторона (соответствующая доминантной правой руке) — с положительно окрашенными эмоциями, энергией, активностью, конкретностью действия.

Методика «Градусник» (авт. Фетискин Н.П.).

Цель: данная методика направлена на определение степени тревожности первоклассников, возникающей в процессе учебной деятельности.

Инструкция: перед процедурой диагностирования учитель проводит предварительную беседу с учащимися, в ходе которой он предъявляет предмет, который есть в каждом доме. Это - градусник. Педагог объясняет ребятам, что при высокой температуре человеку плохо и тревожно. Такая температура бывает  $38^{\circ}$ ,  $39^{\circ}$ ,  $40^{\circ}$ ,  $41^{\circ}$  (цифры записывает на доске). Нормальная температура человека -  $36,6^{\circ}$ . У него нет тревоги, все хорошо, у него все получается, он здоров. Температура бывает  $35^{\circ}$ . При такой температуре человек испытывает слабость, усталость, отсутствие интересов и желания что-либо делать. После объяснения педагог предлагает учащимся поиграть в игру. Он будет называть учебные предметы, а ребятам предлагается пофантазировать и назвать или написать ту температуру, которая при условно появляется при назывании этого предмета. Пример: русский язык -  $39^{\circ}$  математика -  $36,6^{\circ}$  и т.д. Это позволяет определить степень тревожности первоклассников, которая связана с учебной деятельностью.

Материалы и оборудование: помещение, стулья, градусник, листы формата А4, ручка, доска и мел

Данная диагностика показывает степень тревожности у первоклассников вызывает школьная деятельность в соответствии с их индивидуальными психологическими и физическими качествами.

Таким образом в данном подпункте мы рассмотрели организацию и методы экспериментального исследования адаптации детей к школе.

## 2.2 Анализ результатов исследования

Исследование было проведено следующими методиками:

1. «Несуществующее животное» (авт. Дукаревич М.З);
1. «Градусник» (авт. Метискин Н.П);
2. «Что мне нравится в школе» (авт. Лусканова Н.Г)

Рассмотрим результаты исследования личностных характеристик первоклассников по методике «Несуществующее животное» (авт. Дукаревич М.З.). Результаты исследования представлены в таблице 1.

Таблица 1 - Результаты исследования адаптации первоклассников по методике «Несуществующее животное» (авт. Дукаревич М.З.)

Исследуемые:	Результаты.			
	Общая энергия:	Творчество:	Агрессия:	Вид:
Ринат А.	Присутствуют основные и дополнительные детали, характер линий – средний нажим, уровень энергии в норме.	Присутствует оригинальность рисунка, творческий потенциал высокий.	Уровень агрессии в норме.	Травоядное .
Владислав К.	Присутствуют основные детали, характер линий – средний нажим, уровень энергии в норме.	Оригинальность рисунка отсутствует, творческий потенциал средний.	Уровень агрессии в норме.	Травоядное .
Константин К.	Присутствуют основные и дополнительные детали, характер линий – средний нажим, уровень энергии высокий.	Присутствует оригинальность рисунка, творческий потенциал высокий.	Уровень агрессии в норме.	Травоядное .
Светлана Л.	Присутствуют основные и дополнительные детали, характер линий – средний нажим, уровень энергии высокий.	Присутствует оригинальность рисунка, творческий потенциал высокий.	Уровень агрессии в норме.	Травоядное .
Елена Ш.	Присутствуют основные детали, характер линий – слабый нажим, уровень энергии низкий.	Оригинальность рисунка отсутствует, творческий потенциал низкий.	Уровень агрессии в норме.	Хищное.
Елизавета А.	Присутствуют основные и дополнительные детали, характер линий – средний нажим, уровень энергии высокий.	Присутствует оригинальность рисунка, творческий потенциал высокий.	Уровень агрессии в норме.	Травоядное .
Ксения Т.	Присутствуют основные и дополнительные детали, характер	Присутствует оригинальность рисунка,	Уровень агрессии в	Травоядное .

	линий – сильный нажим, уровень энергии высокий.	творческий потенциал высокий.	норме.	
Роман К.	Присутствуют основные и дополнительные детали, характер линий – сильный нажим, уровень энергии высокий.	Присутствует оригинальность рисунка, творческий потенциал высокий.	Уровень агрессии высокий.	Хищное.
Даниил Ч.	Присутствуют основные и дополнительные детали, характер линий – сильный нажим, уровень энергии высокий.	Присутствует оригинальность рисунка, творческий потенциал высокий.	Уровень агрессии высокий.	Хищное.
Азат Г.	Присутствуют основные детали, характер линий – слабый нажим, уровень энергии низкий.	Оригинальность рисунка отсутствует, творческий потенциал низкий.	Уровень агрессии низкий.	Травоядное .
Савелий В.	Присутствуют основные и дополнительные детали, характер линий – средний нажим, уровень энергии высокий.	Присутствует оригинальность рисунка, творческий потенциал высокий.	Уровень агрессии в норме.	Травоядное .
Савелий П.	Присутствуют основные и дополнительные детали, характер линий – средний нажим, уровень энергии высокий.	Присутствует оригинальность рисунка, творческий потенциал высокий.	Уровень агрессии в норме.	Травоядное .
Софья Ч.	Присутствуют основные и дополнительные детали, характер линий – средний нажим, уровень энергии в норме.	Присутствует оригинальность рисунка, творческий потенциал средний.	Уровень агрессии в норме.	Травоядное .
Антон Ч.	Присутствуют основные и дополнительные детали, характер линий – средний нажим, уровень энергии в норме.	Присутствует оригинальность рисунка, творческий потенциал высокий.	Уровень агрессии в норме.	Травоядное .
Кирилл М.	Присутствуют основные и дополнительные детали, характер линий – средний нажим, уровень энергии в норме.	Присутствует оригинальность рисунка, творческий потенциал высокий.	Уровень агрессии в норме.	Травоядное .
Валерия К.	Присутствуют основные детали, характер линий – средний нажим, уровень энергии в норме.	Оригинальность рисунка отсутствует, творческий потенциал средний.	Уровень агрессии в норме.	Хищное.
Софья К.	Присутствуют основные и дополнительные детали, характер линий – средний нажим, уровень энергии в норме.	Присутствует оригинальность рисунка, творческий потенциал высокий.	Уровень агрессии в норме.	Травоядное .
Ангелина К.	Присутствуют основные и	Присутствует	Уровень	Хищное.

	дополнительные детали, характер линий – средний нажим, уровень энергии высокий.	оригинальность рисунка, творческий потенциал высокий.	агрессии в норме.	
Максим Ш.	Присутствуют основные детали, характер линий – средний нажим, уровень энергии в норме.	Присутствует оригинальность рисунка, творческий потенциал высокий.	Уровень агрессии в норме.	Хищное.
Ангелина Ш.	Присутствуют основные детали, характер линий – средний нажим, уровень энергии в норме.	Присутствует оригинальность рисунка, творческий потенциал средний.	Уровень агрессии в норме.	Травоядное .

Анализируя полученные результаты, нами было выявлено следующее:

1. Уровень общей энергии:

- 1) Высокий уровень общей энергии продемонстрировали 9 первоклассников (Ангелина К., Константин К., Елизавета А., Ксения Т., Роман К., Даниил Ч., Савелий В., Савелий П.);
- 2) Нормальный уровень общей энергии был выявлен также у 9 первоклассников (Ангелина Ш., Максим Ш., Софья К., Валерия К., Кирилл М., Антон Ч., Софья Ч., Владислав К., Ринат А.);
- 3) Низкий уровень общей энергии продемонстрировали 2 ребенка (Азат Г. и Елена Ш.).

2. Уровень творческих возможностей:

- 1) Высокий уровень творческих возможностей был выявлен у 14 первоклассников (Максим Ш., Ангелина К., Софья К., Кирилл М., Антон Ч., Савелий П., Савелий В., Даниил Ч., Роман К., Ксения Т., Елизавета А., Светлана Л., Константин К., Ринат А.);
- 2) Четыре первоклассника продемонстрировали средний уровень развития творческих возможностей (Владислав К., Софья Ч., Валерия К., Ангелина Ш.);
- 3) Лишь у двух первоклассников был выявлен низкий уровень (Азат Г. и Елена Ш.).

3. Уровень агрессивности:



- 1) Высокий уровень агрессивности оказался у двух первоклассников (Роман К. и Даниил Ч.);
- 2) Средний уровень агрессии был выявлен у 17 первоклассников (Ринат А., Владислав К., Константин К., Светлана Л., Елена Ш., Елизавета А., Ксения Т., Савелий В., Савелий П., Софья Ч., Антон Ч., Кирилл М., Валерия К., Софья К., Ангелина К., Максим Ш., Ангелина Ш.);
- 3) Лишь у одного первоклассника оказался низкий уровень (Азат Г.).

Перейдем к рассмотрению результатов исследования степени тревожности первоклассников по методике «Градусник» (авт. Фетискин Н.П.). Результаты исследования представлены в таблице 2.

Данное исследование показало, что наибольшую степень тревожности у первоклассников вызывают такие предметы, как математика, русский язык и чтение. Это связано с психологическими физическими особенностями детей.

Высокий уровень тревожности:

1. Математика – 6 первоклассников (Ксения Т., Азат Г., Савелий В., Антон Ч., Кирилл М. Ангелина К.);
2. Русский язык – 7 первоклассников (Владислав К., Константин К., Елена Ш., Даниил Ч., Азат Г., Савелий В., Антон Ч., Кирилл М., Ангелина К.);
3. Технология – 5 первоклассников (Светлана Л., Роман К., Савелий В., Антон Ч., Софья К.);
4. Физкультура -1 первоклассник (Софья К.);
5. Окружающий мир – 1 первоклассник (Елена Ш.);
6. Чтение – 7 первоклассников (Ринат А., Владислав К., Ксения Т., Ксения Т., Савелий В., Савелий П., Кирилл М.).

Высокий уровень тревожности у первоклассников характеризуется следующими чертами: повышенное беспокойство, неуверенность и эмоциональная неустойчивость, эти черты мешают процессу адаптации тем, что ребенок очень отвлекается от деятельности, испытывает внутренние

переживания, возникают страхи и процесс адаптации существенно затормаживается.

Средний уровень тревожности:

1. Математика – 12 первоклассников (Ринат А., Константин К., Светлана Л., Елена Ш., Елизавета А., Даниил Ч., Савелий П., Софья Ч., Валерия К., Софья К., Максим Ш., Ангелина Ш.);
2. Русский язык – 11 первоклассников (Ринат А., Светлана Л., Елизавета А., Ксения Т., Савелий П., Савелий В., Софья Ч., Валерия К., Антон Ч., Софья К., Максим Ш., Ангелина Ш.);
3. Технология – 15 первоклассников (Ринат А., Владислав К., , Константин К., Елена Ш., Елизавета А., Ксения Т., Даниил Ч., Азат Г., Савелий П., Софья Ч., Кирилл М., Валерия К., Максим Ш., Ангелина Ш.);
4. Физкультура – 14 первоклассников (Ринат А., Владислав К., , Константин К., Ксения Т., Роман К., Даниил Ч., Азат Г., Савелий В., Савелий П., Антон Ч., Кирилл М., Валерия К., Ангелина К., Максим Ш.);
5. Окружающий мир – 10 первоклассников (Светлана Л., Елизавета А., Ксения Т., Даниил Ч., Софья Ч., Кирилл М., Валерия К., Софья К., Ангелина К., Ангелина Ш.);
6. Чтение – 10 первоклассников (Константин К., Светлана Л., Елена Ш., Елизавета А., Даниил Ч., Софья Ч., Антон Ч., Софья К., Ангелина К., Ангелина Ш.).

Средний уровень тревожности у первоклассников свидетельствует о том, что они не справляются с требованиями учителей, испытывают трудности в школьной деятельности, не понимают объяснений на занятиях, в свою очередь это сказывается на адаптации, если во время не оказать помощь такому в ребенку, в будущем могут возникнуть серьезные затруднения в дальнейшем образовательном процессе.

Низкий уровень тревожности:

1. Математика – 2 первоклассника (Владислав К., Роман К.);

2. Русский – 2 первоклассника (Ксения Т., Ангелина К.);
3. Физкультура – 5 первоклассников (Светлана Л., Елена Ш., Елизавета А., Софья Ч., Ангелина Ш.);
4. Окружающий мир – 9 первоклассников (Ринат А., Владислав К., Константин К., Роман К., Азат Г., Савелий В., Савелий П., Антон Ч., Максим Ш.);
5. Чтение – 3 первоклассника (Азат Г., Валерия К., Максим Ш.).

Низкий уровень тревожности у первоклассников свидетельствует о том, что эмоциональное состояние ребенка в норме и он быстро находит контакт со взрослыми, а это говорит о том, что ему и учителю будет проще наладить контакт, что в дальнейшем благоприятно повлияет на его учебную и воспитательную деятельность.

Таблица 2 - Результаты исследования адаптации первоклассников по методике «Градусник» (авт. Фетискин Н.П.)

Исследуемые:	Полученные результаты (в градусах).					
	Математика:	Русский язык:	Технология:	Физкультура:	Окружающий мир:	Чтение:
Ринат А.	36.6°	36.6°	36.6°	36.6°	35°	39°
Владислав К.	35°	38°	36.6°	36.6°	35°	40°
Константин К.	36.6°	38°	36.6°	36.6°	35°	36.6°
Светлана Л.	36.6°	36.6°	38°	35°	36.6°	36.6°
Елена Ш.	36.6°	38°	36.6°	35°	38°	36.6°
Елизавета А.	36.6°	36.6°	36.6°	35°	36.6°	36.6°
Ксения Т.	38°	35°	36.6°	36.6°	36.6°	38°
Роман К.	35°	36.6°	38°	36.6°	35°	40°
Даниил Ч.	36.6°	38°	36.6°	36.6°	36.6°	36.6°
Азат Г.	40°	39°	36.6°	36.6°	35°	35°
Савелий В.	38°	36.6°	38°	36.6°	35°	40°
Савелий П.	36.6°	36.6°	36.6°	36.6°	35°	40°
Софья Ч.	36.6°	38°	36.6°	35°	36.6°	36.6°
Антон Ч.	38°	36.6°	38°	36.6°	35°	36.6°
Кирилл М.	38°	38°	36.6°	36.6°	36.6°	38°
Валерия К.	36.6°	36.6°	36.6°	36.6°	36.6°	35°

Софья К.	36.6°	36.6°	38°	38°	36.6°	36.6°
Ангелина К.	39°	35°	36.6°	36.6°	36.6°	36.6°
Максим Ш.	36.6°	36.6°	36.6°	36.6°	35°	35°
Ангелина Ш.	36.6°	36.6°	36.6°	35°	36.6°	36.6°

Условные обозначения (в градусах):

35° - усталось, сонливость, вялость;

36.6° - чувствую себя хорошо;

38° - чувствую себя неважно;

39° - чувствую себя плохо;

40° - чувствую себя очень плохо.

Далее рассмотрим результаты исследования школьной мотивации по методике «Что мне нравится в школе» (авт. Лусканова Н.Г.). Результаты представлены в таблице 3.

Таблица 3 - Результаты исследования адаптации первоклассников по методике «Что мне нравится в школе» (авт. Лусканова Н.Г.)

Исследуемые:	Результаты:	
	Соответствие рисунков теме:	Баллы:
Ринат А.	+	19
Владислав К.	+	15
Константин К.	-	17
Светлана Л.	+	28
Елена Ш.	+	19
Елизавета А.	+	26
Ксения Т.	+	17
Роман К.	+	28
Даниил Ч.	+	18
Азат Г.	-	13

Савелий В.	+	22
Савелий П.	-	20
Софья Ч.	+	24
Антон Ч.	+	16
Кирилл М.	+	24
Валерия К.	+	30
Софья К.	+	24
Ангелина К.	-	18
Максим Ш.	+	18
Ангелина Ш.	+	23

Условные обозначения:

Знак «+» - рисунок соответствует теме.

Знак «-» - рисунок не соответствует теме.

Проанализируем полученные результаты исследования:

Высокий уровень школьной мотивации был выявлен у 4 первоклассников (Светлана Л., Елизавета А., Роман К., Валерия К.), что свидетельствует о том, что такие дети заинтересованы в получении знаний и четко следуют указаниям учителя, отличаются добросовестностью, ответственность, испытывают сильные переживания по поводу неудовлетворительных отметок, такие дети лучше и быстрее всего адаптируются к школе, потому что имеют все необходимые навыки для этого.

Средний уровень школьной мотивации был выявлен у 6 первоклассников (Савелий В., Савелий П., Софья Ч., Кирилл М., Софья К., Ангелина Ш.), что свидетельствует о том, что большинство первоклассников, которые успешно справляются с учебной деятельностью, но когда учитель ставит вопрос, они проявляют меньшую зависимость от жестких требований и норм, такие дети довольно приспособленные к учебе, в дальнейшем в

большинстве этот период проходит и процесс адаптации завершается успешно.

Низкий уровень школьной мотивации был выявлен только у 1 первоклассника (Азат Г.), что свидетельствует о том что такие дети неохотно посещают школу, предпочитают пропускать занятия, во время урока занимаются всем тем, чем можно, кроме учебы, в связи с этим они испытывают значительные затруднения в образовательной деятельности, помимо этого предпочитают играть и изображать отдельные моменты из игр, в связи с вышеперечисленным находятся в неустойчивом положении и не могут нормально адаптироваться к условиям школы, что в дальнейшем ведет к серьезным проблемам.

Внешняя уровень школьной мотивации был выявлен у 9 первоклассников (Ринат А., Владислав К., Константин К., Елена Ш., Ксения Т., Даниил Ч., Антон Ч., Ангелина К., Максим Ш.), что свидетельствует о том что такие дети приходят в школу не из желания получать знания, а из потребности в общении с другими детьми или учителем, учебная деятельность их не привлекает, это серьезно сказывается на дальнейшем обучении, после того, как данный период проходит, большое количество школьного изученного материала упущено и требуется приложить серьезные усилия, чтобы догнать своих сверстников.

Подводя итоги проведенного нами исследования социально психологической адаптации мы можем сделать вывод о том, что 4 первоклассника продемонстрировали высокий уровень школьной мотивации, 6 первоклассников продемонстрировали средний уровень школьной мотивации, 1 первоклассник продемонстрировал низкий уровень мотивации и 9 первоклассников продемонстрировали внешнюю мотивацию.

Первоклассникам продемонстрировавшим низкий уровень адаптации необходимо социально-психологическое сопровождение, которое заключается в диагностике, коррекции.

Коррекционно-развивающая система занятий и упражнений способствующая повышению уровня адаптации представлена в следующем параграфе.

Данная диагностика показала, что большинство детей, положительно относятся к школе, с внешней мотивацией не учебного характера.

Таким образом, в данном подпункте мы рассмотрели результаты анализа исследования адаптации первоклассников к школьному обучению.

### **2.3 Система занятий направленная на повышение уровня адаптации первоклассников к школьному обучению**

В данном подпункте представлена система занятий, которая направлена на создание среды для повышения уровня адаптации первоклассников к школьному обучению.

**Аудитория:** данная система занятий предназначена для детей, поступающих в первый класс.

**Цель:** создание условий для формирования среды, в которой будет осуществляться социально-психологическая адаптация первоклассников к школьному обучению и оказание психологической помощи первоклассникам на первичном этапе обучения, создание эмоционального комфорта в детском коллективе.

**Задачи:**

1. Создавать условия для развития положительной учебной мотивации и интереса к школьному обучению;
2. Развивать умения оценивать себя и свою деятельность в ситуации игровой и учебной деятельности;
3. Развивать у детей социальные и коммуникативные навыки, необходимые для установления межличностных отношений со сверстниками;

#### 4. Развивать свойства произвольного внимания.

##### Занятие № 1

##### Вводное

Цель занятия: создание условий, в которых будет происходить знакомство участников группы друг с другом.

Задачи занятия:

1. Познакомить участников тренинга друг с другом;
2. Обсудить правила работы в тренинговой группе;
3. Способствовать преодолению эмоционального напряжения в группе между участниками.

Оборудование и материалы: помещение, стулья.

Время проведения: 35-50 мин.

Упражнение 1 «Давайте познакомимся!».

Цель: создание условий для более близкого знакомства детей в микрогруппе. Создание условий в группе для формирования атмосферы доверия и доброжелательности.

Оборудование и материалы: помещение, стулья, мяч.

Время проведения: 5-7 мин.

Ведущий предлагает детям встать в круг. Каждый участник громко и чётко называет своё имя по кругу. Затем тот, у кого мяч бросает мяч кому-либо из детей называя при этом его имя.

Упражнение 2 «Передай движение по кругу».

Цель: создание условий для мотивации на совместную работу, создание условий для формирования положительного эмоционального фона.

Оборудование и материалы: помещение, стулья.

Время проведения: 4-5 мин.

После того, как все расселись на своих стульчиках. По часовой стрелке педагог передает движение по кругу, новое движение задается только после того, как каждый выполнит предыдущее и «передаст» его педагогу:

1. хлопок;



2. топнуть ногой;
3. поднять и опустить плечи;
4. щелкнуть пальцами;
5. хрюкнуть;
6. повернуть голову вправо.

Упражнение 3 «Слушай хлопки!».

Цель: создание условий для развития свойств внимания и произвольности поведения.

Оборудование и материалы: помещение, стулья, магнитофон с музыкой.

Время проведения: 5-7 мин.

Дети двигаются свободно в группе (можно под музыку). Когда ведущий хлопнет в ладоши определенное количество раз, дети принимают соответствующую позу на 10-20 сек.

1. Поза «аиста» - ребенок стоит на одной ноге. Поджав другую.
2. Поза «лягушки» - присесть, пятки вместе, носки и колени в сторону, руки между ногами на полу.
3. Дети возобновляют ходьбу.
4. Рекомендации: Проигрывание игры не более 4-х раз с добавлением ещё 2-х поз (зайчики, лошадки и т.д.)

Упражнение 4 «Украсть свое имя».

Цель: создание условий для повышения уровня самопринятия.

Оборудование и материалы: помещение, стулья, листы бумаги формата А4, цветные карандаши, фломастеры.

Время проведения: 10-12 мин.

Имена детей пишутся на листочках. Далее детям предлагается украсить свое имя (цветом, орнаментом, сказочными персонажами, превратить свое имя в какое-либо изображение).

Упражнение 5.

Игровая разминка «Подарки»

Цель: создание условий для содействия в установлении дружеских отношений в коллективе.

Оборудование и материалы: помещение, стулья, мяч.

Время проведения: 5-7 мин.

Упражнение выполняется в круге с мячом. Педагог предлагает всем встать в круг. Далее сообщает, что наступило время дарить и получать подарки. Он говорит: «Представьте себе, что это не мяч, а подарок, который вы хотите подарить на день рождения нашей группе. Сейчас невербально покажите подарок, когда другие угадают, что вы загадали, по цепочке передавайте мяч друг другу».

Упражнение 6 «Доброе животное».

Цель: создание условий для развития у детей социальных и коммуникативных умений, создание условий для формирования благоприятного психологического климата, создание условий для получения обратной связи.

Оборудование и материалы: помещение, стулья.

Время проведения: 7-10 мин.

Ведущий тихим, таинственным голосом говорит: Встаньте, пожалуйста, в круг и возьмитесь за руки. Мы – одно большое, доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит! А теперь подышим вместе! На вдох – делаем шаг вперед, на выдох – шаг назад. А теперь на вдох делаем 2 шага вперед, на выдох – 2 шага назад. Вдох – 2 шага вперед. Выдох – 2 шага назад.

Так не только дышит животное, так же четко и ровно бьется его большое доброе сердце. Стук – шаг вперед, стук – шаг назад и т.д. Мы все берем дыхание и стук сердца этого животного себе.

Рефлексия занятия.

Каждый участник высказывает свое мнение о прошедшем занятии, высказывает пожелания и рекомендации.

Занятие № 2 «Я и мое имя».

Цель занятия: создание условий для формирования устойчивой учебной мотивации на фоне позитивной «Я-концепции» детей, устойчивой самооценки и низкого уровня школьной тревожности,

Задачи занятия:

1. Создавать среду, посредством которой будет происходить формирование учебной мотивации;
2. Создавать атмосферу психологической безопасности, дать возможность почувствовать собственную значимость.

Оборудование и материалы: помещение, стулья, листы бумаги, ручки, карандаши или фломастеры.

Время проведения: 35-45 мин.

Упражнение 1 «Передай движение по кругу».

Цель: создание условий для мотивации на совместную работу, создание условий для формирования положительного эмоционального фона.

Оборудования и материалы: помещение, стулья.

Время проведения: 3-5 мин.

Участникам предлагается по кругу поздороваться друг с другом любым нетрадиционным способом приветствия (похлопать по плечу, похлопать в ладони и т.д.) при этом называть по имени участника сидящего рядом справа.

Упражнение 2 «Недостающий стул».

Цель: создание условий для снятия эмоционального напряжения.

Оборудования и материалы: помещение, стулья.

Время проведения: 5-7 мин.

«Недостающий стул» (поменяться местами по каким-либо признакам, оговариваемым человеком в центре круга).

Упражнение 3 «Я знаю, как тебя зовут».

Цель: создание условий для поддержания доброжелательной атмосферы в группе, создание атмосферы психологической комфортности.

Оборудования и материалы: помещение, стулья, магнитофон с музыкой, эстафетная палочка.

Время проведения: 7-10 мин.

Все дети садятся в общий круг. Педагог объясняет задание: сейчас зазвучит музыка, пока она звучит, вы передаете друг другу эстафетную палочку. Как только она затихает, тот, у кого эстафетная палочка, встает, проходит по кругу и тому, кого знает по имени, кладет руку на плечо и называет его имя. Игра продолжается не более 5-7 раз.

Рефлексия.

Упражнение 4 «Слушай хлопки!».

Цель: создание условий для развития свойств внимания, произвольности поведения.

Оборудования и материалы: помещение, стулья, ручки, карандаши, листы бумаги.

Время проведения: 10-15 мин.

Дети двигаются свободно в группе (можно под музыку). Когда ведущий хлопнет в ладоши определенное количество раз, дети принимают соответствующую позу на 10-20 сек.

1. Поза «аиста» - ребенок стоит на одной ноге. Поджав другую.
2. Поза «лягушки» - присесть, пятки вместе, носки и колени в сторону, руки между ногами на полу.
3. Дети возобновляют ходьбу.

Рекомендации: Проигрывание игры не более 4-х раз с добавлением ещё 2-х поз (зайчики, лошадки и т.д.)

Рефлексия.

Упражнение 5 «Найди свою половинку».

Цель: создание условий для расширения знаний друг о друге, формирование позитивного отношения друг к другу.

Оборудования и материалы: помещение, стулья, открытки разрезанные пополам, цветные карандаши, фломастеры.

Время проведения: 3-5 мин.

В центре круга разложены открытки, разрезанные пополам. Задание: по команде педагога дети должны встать, взять половинку открытки и найти того, у кого вторая половинка открытки. После этого со своим партнером взять один стул, поставить его в общий круг, затем один из партнеров садится на стул, а другой встает у него за спиной.

Рефлексия.

Цель: создание условий для получения обратной связи.

Оборудования и материалы: помещение, стулья.

Время проведения: 5 – 7 мин.

Каждый участник высказывает свое мнение о прошедшем занятии, высказывает пожелания и рекомендации.

Занятие № 3 «Школьные правила»

Цель занятия: создание условий для содействия осознанию позиции школьника, знакомство детей с правилами поведения на уроке и перемене, создание условий для формирования познавательных и личностных УУД.

Задачи занятия:

1. Ознакомить детей с правилами поведения в школе;
2. Развивать умения адекватно выражать свои мысли.
3. Оборудование и материалы: помещение, стулья, набор «Школьные знаки», комплекты геометрических фигур, текст сказки «Школьные правила».

Время проведения: 55 мин. – 1 час.

Упражнение 1 «Нетрадиционное приветствие».

Цель: создание условий для положительной рабочей атмосферы.

Оборудование и материалы: набор «Школьные знаки», комплекты геометрических фигур, текст сказки «Школьные правила».

Время проведения: 2-3 мин.

Участникам предлагается по кругу поздороваться друг с другом любым нетрадиционным способом приветствия (похлопать по плечу, похлопать в ладони и т.д.) при этом называть по имени участника сидящего рядом справа.

## Упражнение 2 «Урок или перемена».

Цель: создание условий для знакомства детей с правилами поведения на уроке и перемене.

Оборудование и материалы: помещение, стулья, мяч.

Время проведения: 5 – 8 мин.

Вы уже знаете, что в школе бывают уроки и перемены.

На уроках и переменах школьники ведут себя как? (по-разному)

Сейчас я буду кидать мяч одному из вас и называть разные действия, а вы отвечайте, когда это делают школьники – на уроке или на перемене:

1. Читать;
2. Играть;
3. Разговаривать с друзьями;
4. Просить у друга ластик;
5. Писать в тетради;
6. Отвечать на вопросы учителя;
7. Решать задачки;
8. Готовиться к уроку;
9. Есть яблоко.

Рефлексия.

## Упражнение 3 «Составь фигуру».

Цель: создание условий для развития познавательных психических процессов и формирования положительного отношения к школе.

Оборудование и материалы: помещение, стулья, геометрические фигуры, листы бумаги.

Время проведения: 10-12 мин.

Детям из геометрических фигур предлагается создать аппликацию на тему «Школа».

Сейчас мы с вами отправляемся в сказочную страну, которую вы сейчас создали из своих аппликаций. А передвигаться мы будем на паровозике.

Рефлексия.

Упражнение 4 «Игра в паровозик».

Цель: создание условий для того, чтобы научить ребенка отзываться на свое имя, запоминать имена сверстников, действовать по показу и словесной инструкции.

Оборудование и материалы: помещение, стулья, магнитофон с музыкой.

Время проведения: 15-20 мин.

Детям предлагается разойтись по классу. Выбирают водящего: он будет паровозиком. Его задача – под музыку пройти по всему классу и собрать «пассажиров» со всех станций.

По дороге нам встречаются разные дорожные знаки.

Рефлексия.

Упражнение 5 «Школьные знаки».

Цель: создание условий для помощи обучающимся в осознании новых требований и формировании внутренней потребности в их исполнении, создание условий для развития самоконтроля в поведении.

Оборудование и материалы: помещение, стулья, сказка «Школьные правила»

Время проведения: 10 – 12 мин.

Ребята, а вы обращали внимание на дорожные знаки? Для чего они нужны?

Дорожные знаки помогают нам, они подсказывают правила поведения на дороге. Если не обращать на них внимания – быть беде.

А что такое правило? (правило – это значит делать правильно)

А зачем нам правила, может быть, мы и без них обойдемся?  
(неприятности никто не любит, поэтому и появились правила, чтобы знать,  
как лучше жить и со всеми дружить)

Как вы думаете, а в школе есть правила?

Чего нельзя делать на уроке?

А как надо вести себя на перемене?

Чтобы мы не забыли о правилах для учеников, нам нужны свои знаки.

№1. На уроке нельзя разговаривать друг с другом, иначе можно все прослушать и ничего не узнать, поэтому в вашем классе будет висеть вот такой знак.

№2. Мы уже знаем с вами, что когда все кричат с места, ответов не слышно, поэтому о том, что нельзя кричать с места, даже если знаешь ответ, нам будет напоминать вот такой знак.

№3. А можно ли подсказывать другим ответ, когда учитель спрашивает не вас? О том, что в нашем классе нет места подсказкам, нам напомнит вот этот знак.

№4. А что делать, если хочешь о чем-то спросить или ответить на вопрос?

Конечно, для этого надо поднять руку и ждать, пока учитель попросит сказать. Вот знак, который говорит об этом правиле.

№5. Как вы думаете, о чем нам говорит вот этот знак?

Чтобы у нас все хорошо получалось и весело училось, мы должны быть всегда дружны и нет места спорам в классе.

Мы прибыли на конечную станцию.

Чтение и анализ сказки «Школьные правила»

Рефлексия.

Упражнение 6 «Доброе животное».

Цель: создание условий для развития у детей социальных и коммуникативных умений, создание благоприятного психологического климата, получение обратной связи.



Оборудование и материалы: помещение, стулья.

Время проведения: 7-10 мин.

Ведущий тихим, таинственным голосом говорит: Встаньте, пожалуйста, в круг и возьмитесь за руки. Мы – одно большое, доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит! А теперь подышим вместе! На вдох – делаем шаг вперед, на выдох – шаг назад. А теперь на вдох делаем 2 шага вперед, на выдох – 2 шага назад. Вдох – 2 шага вперед. Выдох – 2 шага назад.

Так не только дышит животное, так же четко и ровно бьется его большое доброе сердце. Стук – шаг вперед, стук – шаг назад и т.д. Мы все берем дыхание и стук сердца этого животного себе.

Рефлексия занятия.

Каждый участник высказывает свое мнение о прошедшем занятии, высказывает пожелания и рекомендации.

Занятие № 4 «Собираем портфель».

Цель занятия: создание условий для помощи обучающимся в осознании новых требований и формировании внутренней потребности в их исполнении, создание условий для развития познавательных и личностных УУД.

Задачи занятия:

1. Создавать среду для развития познавательных функций.
2. Способствовать формированию способности саморегуляции поведения;

Оборудование и материалы: помещение, стулья, текст сказки «Собирание портфеля», бланк к упражнению «Раскрась по инструкции», бланк к упражнению «Обведи по контуру»

Время проведения: 35-50 мин.

Упражнение 1 «Нетрадиционное приветствие».

Цель: создание условий для приветствия участников группы, создание условий для положительной рабочей атмосферы.

Оборудования и материалы: помещение, стулья.

Время проведения: 2-3 мин.

Участникам предлагается по кругу поздороваться друг с другом любым нетрадиционным способом приветствия (похлопать по плечу, похлопать в ладони и т.д.) при этом называть по имени участника сидящего рядом справа.

Упражнение 2 Чтение и анализ сказки «Собирание портфеля»

Цель: создание условий для формирования положительного отношения к обязанностям школьника, создание условий для того чтобы первоклассник правильно собирал портфель.

Оборудование и материалы: помещение, стулья, сказка «Собирание портфеля»

Время проведения: 3-5 мин.

Детям предлагается выбрать те предметы, которые должен взять в школу первоклассник и наклеить их на бумагу, на которой изображен контур портфеля.

Упражнение 3 «Раскрась по инструкции».

Цель: создание условий для развития познавательных психических процессов.

Оборудование и материалы: помещение, стулья.

Время проведения: 10-12 мин.

Дети должны раскрасить геометрические фигуры в соответствии с инструкцией (с учетом пространственной ориентировки: право-лево; верх-низ, порядковый номер и т.д.).

Рефлексия.

Упражнение 4 Игра «Запомни порядок».

Цель: создание условий для развития свойств памяти.

Оборудование и материалы: помещение, стулья.

Время проведения: 7-10 мин.

Выбирают 5-6 детей. Остальные – «зрители». Из выбранных детей один становится водящим. Другие 4-5 игроков выстраиваются в «паровозики». Водящий должен посмотреть на «паровозик» 1 мин., а затем надо

отвернуться и пересчитать детей по именам так. Как они стоят в «паровозике». После этого игроки становятся «зрителями», а на «сцену» выходят другие дети. Рекомендации: отметить детей, которым удалось запомнить правильно.

Рефлексия.

Упражнение 5 «Доброе животное».

Цель: создание условий для развития у детей социальных и коммуникативных умений, создание условий для благоприятного психологического климата, получение обратной связи.

Оборудование и материалы: помещение, стулья.

Время проведения: 7-10 мин.

Ведущий тихим, таинственным голосом говорит: Встаньте, пожалуйста, в круг и возьмитесь за руки. Мы – одно большое, доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит! А теперь подышим вместе! На вдох – делаем шаг вперед, на выдох – шаг назад. А теперь на вдох делаем 2 шага вперед, на выдох – 2 шага назад. Вдох – 2 шага вперед. Выдох – 2 шага назад.

Так не только дышит животное, так же четко и ровно бьется его большое доброе сердце. Стук – шаг вперед, стук – шаг назад и т.д. Мы все берем дыхание и стук сердца этого животного себе.

Рефлексия занятия.

Каждый участник высказывает свое мнение о прошедшем занятии, высказывает пожелания и рекомендации.

Занятие № 5 «Школьные оценки»

Цель занятия: создание условий для оказания помощи будущим первоклассникам в осознании и принятии правил школьной жизни и себя в роли учеников, создание условий для активизации познавательной активности обучающихся, создание условий для формирования положительной мотивации.

Задачи занятия:

1. Создавать условия для принятия школьных правил и осознания ребенком себя как ученика;

2. Создавать условия для активизации познавательной активности обучающихся;

3. Способствовать развитию осознания ответственности у ребенка.

Оборудование и материалы: помещение, стулья.

Время проведения: 40-60 мин.

Упражнение 1 «Нетрадиционное приветствие».

Цель: создание условий для приветствия участников группы, создание условий для положительной рабочей атмосферы.

Оборудование и материалы: помещение, стулья.

Время проведения: 2-3 мин.

Участникам предлагается по кругу поздороваться друг с другом любым нетрадиционным способом приветствия (похлопать по плечу, похлопать в ладони и т.д.) при этом называть по имени участника сидящего рядом справа.

Упражнение 2 «Закончи слово».

Цель: создание условий для развития познавательных психических процессов, создание условий для активизации мыслительной деятельности, создание условий для мотивации на работу в группе.

Оборудование и материалы: помещение, стулья, мяч, доска

Время проведения: 3-5 мин.

Психолог: «Внимание! В этой игре мы будем пытаться заканчивать слова, которые будут начинаться например, на слог: ра; зем; го; па. Я буду кидать каждому из вас мяч и говорить первый слог слова, вы должны будете поймать мяч, бросить его мне обратно, договорить это слово (т.е. закончить слово). Сначала все дети заканчивают слова, начинающиеся на слог «ра» (дается несколько раз закончить слова, начинающиеся на один и тот же слог), а потом можно каждому из детей задавать разные слоги, с которых начинаются слова.

Психолог: «Когда-то давным-давно жили на земле сказочники. Они-то и придумали сказочный городок. (Открыть на доске изображение сказочного городка.)

– В этом городке все было сказочным: сказочные домики, сказочные цветы, сказочные игрушки и даже школа была сказочной! Смотрите. Открыть на доске изображение сказочной школы:

– Как вы думаете, кто учится в сказочной школе? (В сказочной школе учатся герои сказок.)

– Назовите этих героев сказок

Каждый день герои с удовольствием ходили в школу. На уроках они учились, на переменах — играли. Много нового и интересного узнали маленькие первоклассники, даже считать до пяти научились. Только оценок им еще не ставили, говорили, рано еще. И вот наконец учительница сказала, что скоро первоклассники начнут получать оценки. Первоклассники должны будут нарисовать узоры, которые она проверит. Конечно, все очень разволновались и захотели получить только хорошие оценки.

– А за что можно оценить любую работу. То есть необходимо оценить полученный результат.

– А если работа выполнена не до конца?

– А какие школьные оценки вы знаете? А только ли баллами можно оценить работу? (похвала, его работой интересуются другие и т.д.)

Винни Пух очень сильно хотел получить пятерку или похвалу учителя. Винни Пух очень спешил, чтобы выполнить задание самым первым. И правда: все только-только приближались к середине, а он уже поднял свою лапку и радостно закричал: «Я уже все! Я закончил!». Учительница подошла к его парте, взяла в руки листок и отчего-то нахмурилась. Посмотрите, ребята, какой узор получился у Винни Пуха. (Вывешивается на доску таблицу «Работа Винни Пуха».)

Психолог: «Ребята, как вы думаете, почему нахмурилась учительница? (Дети отвечают: работа грязная, неправильная и т.д.). Давайте попробуем

оценить работу. Правда, оценки мы ему ставить не будем, а используем волшебные лесенки.» (Учитель вывешивает на доску таблицу с разноцветными лесенками.)

Психолог: «Ребята, красная лесенка — это лесенка красоты. На ее верхней ступеньке стоят самые-самые красивые работы, а на самой нижней — самые некрасивые. Как вы думаете, куда можно поставить работу Винни Пуха? (Выслушиваются предложения детей и ставится крестик на одной из нижних ступенек.) Итак, работа у Винни Пуха получилась не очень красивая.

А теперь посмотрите на зеленую лесенку. Это лесенка правильности. На самой верхней ступеньке стоят самые правильные работы, на самой нижней — самые неправильные. Куда можно поставить работу Винни Пуха? (Ведущий выслушивает ответы детей. Если дети предлагают поместить работу вниз, учитель обращает их внимание на то, что, хотя работа и выполнена некрасиво, ошибок в ней нет.) Итак, работа у Винни Пуха получилась правильная. (Учитель ставит крестик на одной из верхних ступенек.)

И, наконец, перед нами синяя лесенка. Это лесенка быстроты. На ее верхней ступеньке стоят работы, которые были сделаны быстрее всех, а на нижней — медленнее всех. Винни Пух выполнил свою работу самым первым. На какую же ступеньку мы поставим его работу? (Дети отвечают: на верхнюю. Ведущий ставит крестик на верхней ступеньке.)

– Какого результата достиг Винни Пух? Посмотрите, ребята: работа у Винни Пуха получилась правильная и быстрая, но некрасивая.

А вот Карлсон тоже очень старался. Он очень боялся сделать что-нибудь неправильно, поэтому рисовал очень медленно, так что выполнил свою работу самым последним в классе. Вот что у него получилось. Давайте оценим работу Карлсона с помощью волшебных лесенок.

– Какого результата достиг Карлсон? Посмотрите, работа у Карлсона получилась красивая и правильная, но медленная.

– Скажите, пожалуйста, кто выполнял задание учителя? (Каждый ученик самостоятельно)

– Значит, каждый выполняет свою работу САМ.

– А если работу выполнять без желания, интереса достигнет ли ученик результата?

Значит, надо не только делать все самому, но и весь день, и обязательно с желанием, с интересом, с радостью, увлеченно, тогда будет хороший результат.

Посмотрели Винни Пух с Карлсоном на свои оценки и задумались. Оказывается, все работы бывают разными. Иногда можно выполнить задание некрасиво, зато быстро и правильно. А иногда работу выполняешь долго, зато она получается красивой и правильной. А бывает, что вроде бы и не совсем правильно выходит, зато красиво и быстро».

Психолог: «Вот так Винни Пух с Карлсоном познакомились с волшебным словом «зато».

Упражнение 3 «ЗАТО».

Цель: создание условий для работы со школьной тревожностью.

Оборудование и материалы: помещение.

Время проведения: 10-12 мин.

Это слово помогает найти что-то хорошее даже в самых трудных ситуациях. Даже если что-то не получилось, мы можем обратиться к слову «зато». Пусть буквы получились не очень красивые, зато слово написано правильно. А сейчас я расскажу вам, что случилось с учениками школы, а вы им помогите с помощью слова «зато».

Мальвина написала буквы не ручкой, а карандашом, и очень расстроилась. (Вариант: зато она может стереть ошибки.)

Пятачок забыл дома ручку. (Зато он может ее у кого-нибудь попросить и познакомиться с новыми ребятами.)

Красная Шапочка решила не ту задачу. (Зато она будет больше знать.)

А сейчас пора возвращаться в класс. Наш путь пролегает через горы:

#### Упражнение 4 «Узоры и волшебные лесенки».

Цель: создание условий для развития произвольности, умения действовать по образцу и слушать инструкцию взрослого.

Оборудование и материалы: помещение, стулья, листы формата А4, цветные карандаши.

Время проведения: 10-12 мин.

Психолог: «А теперь вы сами попробуете нарисовать узоры и поставить себе оценки с помощью волшебных лесенок.» (Учитель раздает детям листочки и карандаши.)»

Рефлексия

#### Упражнение 5 Игра «Листопад»

Цель: создание условий для развития умений принимать на себя ответственность, выражать заботу, осознанию чувства зависимости.

Оборудование и материалы: помещение, стулья, парты, музыка.

Время проведения: 12-15 мин.

Психолог: «А сейчас мы с вами немного отдохнем. Помните ли вы, ребята, как осенью летят с деревьев листочки? Каждый листочек кружится сам по себе, а потом они вместе образуют красивые кучи из листьев. Сейчас мы с вами сыграем в игру под названием «Листопад». Когда я говорю «листочки», вы, как листья, будете кружиться по классу. А как только я скажу «куча», вы должны тут же собраться в группы. После слова «куча» я назову число. Столько листьев должно быть в вашем холме. Например, если я скажу «куча, три», значит, вы должны собраться по трое. Всем понятно? Встаньте, пожалуйста, из-за парт и подойдите ко мне». (Дети встают из-за парт и подходят к учителю. Для этой игры необходимо наличие свободного пространства.)

Рефлексия.

#### Упражнение 6 «Доброе животное».



Цель: создание условий для развития у детей социальных и коммуникативных умений, создание условий для создания благоприятного психологического климата, создание условий для получения обратной связи.

Оборудование и материалы: помещение, стулья.

Время проведения: 7-10 мин.

Ведущий тихим, таинственным голосом говорит: Встаньте, пожалуйста, в круг и возьмитесь за руки. Мы – одно большое, доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит! А теперь подышим вместе! На вдох – делаем шаг вперед, на выдох – шаг назад. А теперь на вдох делаем 2 шага вперед, на выдох – 2 шага назад. Вдох – 2 шага вперед. Выдох – 2 шага назад.

Так не только дышит животное, так же четко и ровно бьется его большое доброе сердце. Стук – шаг вперед, стук – шаг назад и т.д. Мы все берем дыхание и стук сердца этого животного себе.

Рефлексия занятия.

Каждый участник высказывает свое мнение о прошедшем занятии, высказывает пожелания и рекомендации.

Занятие № 6

Подведение итогов.

Цель: создание условий для подведения итогов коррекционной работы.

Задачи занятия:

1. Подвести итоги результатов проведенной.
2. Создавать условия для активизации познавательной активности обучающихся;

Оборудование и материалы: помещение, стулья, мяч, листы бумаги, ручки, карандаши, фломастеры, краски, релаксационная музыка, ватман.

Время проведения: 40-60 мин.

Упражнение 1 «Нетрадиционное приветствие».

Цель: создание условий для положительной рабочей атмосферы и формирования благоприятной среды общения.

Оборудование и материалы: помещение, стулья.

Время проведения: 2-3 мин.

Участникам предлагается по кругу поздороваться друг с другом любым нетрадиционным способом приветствия (похлопать по плечу, похлопать в ладони и т.д.) при этом называть по имени участника сидящего рядом справа.

### Упражнение 2 «Цветок общения»

Цель: создание условий для благоприятного психологического климата, создание условий для сплочения классного коллектива, создание условий для атмосферы сотрудничества.

Оборудование и материалы: помещение, стулья, мяч, листы формата А4.

Время проведения: 3-5 мин.

Психолог напоминает о том, что сегодня день рождения их коллектива. А на этот праздник положено дарить поздравительные открытки, и предлагает детям всем вместе сделать такую открытку и назвать ее «Цветок общения».

На заготовку форматом А-4 детям предлагается наклеить свои лепестки.

Психолог сообщает, что клей, который он нанес на заготовку не обычный, а «волшебный» и приклеит лепесток только в том случае, если ребенок скажет, что всем нам необходимо делать, чтобы рос наш цветок общения красивым и здоровым. Как правило, дети говорят, что для того, чтобы цветок общения рос красивым и здоровым, необходимо:

- всем подружиться;
- весело играть;
- не жадничать;
- помогать друг другу;
- нельзя обижать друг друга;
- быть вежливым и т.п.

Психолог проходит по классу, дети создают открытку. После этого взрослый подводит итог: «Мы сейчас с вами выполнили первое совместное

дело и рассказали о том, чему будем учиться на наших занятиях. Посмотрите, как красиво у нас получилось».

На детских праздниках принято играть, давайте и мы с вами поиграем.

Упражнение 3 «Кто есть кто? Что есть что?»

Цель: создание условий для развития познавательных психических процессов (операций мышления, внимания, памяти).

Оборудование и материалы: помещение, стулья, мяч.

Время проведения: 10-12 мин.

Дети внимательно вспоминают, что некоторые слова можно по определенному признаку отнести к какому-либо классу (группе). Необходимо выяснить, какие группы знают дети (дикие и домашние животные, овощи, фрукты, деревья и т.д.)

«Сейчас вы все встанете в круг, я буду каждому из вас бросать мяч, а вы должны будете поймать его и бросив обратно мне, сказать слово, которое относится к группе

- а) домашних животных;
- б) диких животных;
- в) деревьев и т.д.

Но вы должны, как можно быстрее называть слова. Те ребята, которые долго не смогут назвать слово, или неправильно его назовут, выбывают из игры.

Упражнение 4 «Подарки».

Цель: создание условий для содействия в установлении дружеских отношений в коллективе.

Оборудование и материалы: помещение, стулья, мяч.

Время проведения: 10-15 мин.

Упражнение выполняется в круге с мячом. Педагог предлагает всем встать в круг. Далее сообщает, что наступило время дарить и получать подарки. Он говорит: «Представьте себе, что это не мяч, а подарок, который вы хотите подарить на день рождения нашей группе. Сейчас невербально

покажите подарок, когда другие угадают, что вы загадали, по цепочке передавайте мяч друг другу»

Упражнение 5 «Мостик Дружбы».

Цель: создание условий для развития у детей социальных и коммуникативных умений, создание условий для благоприятного психологического климата.

Оборудование и материалы: помещение, стулья, коррекционная сказка «Создание Лесной школы»

Время проведения: 15 – 20 мин.

Учитель просит детей по желанию образовать пары, придумать и показать мостик (при помощи рук, ног, туловища). Затем «построить» мостик втроём, вчетвером и т. д. Заканчивается упражнение тем, что все берутся за руки, делают круг и поднимают руки вверх, изображая «Мост дружбы».

Чтение и анализ сказки «Создание Лесной школы»(Панфилова М.А. Лесная школа: Коррекционные сказки).

Рефлексия:

Цель: создание условий для получения обратной связи.

Оборудование и материалы: помещение, стулья.

Время проведения: 7-10 мин.

Каждый участник высказывает свое мнение о прошедшем занятии, высказывает пожелания и рекомендации.

Таким образом, в данном подпункте мы рассмотрели содержание системы занятий, направленных на повышение уровня адаптации первоклассников к школьному обучению.

## Заключение

Проведенный нами теоретический анализ и эмпирическое исследование позволили сделать следующие выводы:

1. Адаптация первоклассников – играет очень важную роль в дальнейшем обучении ребенка, его успешности и мотивированности на сам процесс получения знаний и выполняемую деятельность;
2. Способы взаимодействия ребенка с различными трудными ситуациями проявляются либо в форме психологической защиты, либо в виде конструктивной активности личности, направленной на разрешение проблемы.
3. В начале своей школьной жизни ребенок встречается с рядом проблем, стрессовыми ситуациями, в которых учится, приобретает жизненный опыт.
4. Чтобы справиться с эмоциональными проблемами, ребенок использует как неосознанные защитные механизмы, так и осознанные знания, умения и навыки, которые он приобрел, до, в том случае, если адаптация проходила успешно, или в процессе обучения.

Нами было проведено экспериментальное исследование адаптации первоклассников к школьному обучению и причин возникновения психических блоков как защитной реакции на внешний раздражитель, анализируя результаты которого, мы выявили, что большинство, поступивших в первый класс, в последнее время, испытывает ряд трудностей в адаптации к школьному обучению, принятию требований и соблюдении правил образовательного учреждения. В обязанность педагога-психолога входит: создание условия для успешной адаптации детей к процессу обучения и взаимодействия как между собой, так и с педагогом.

Таким образом, цель, проведенной работы достигнута, все задачи решены в полном объеме, выбор методов исследования адекватен поставленным задачам.

## Список использованных источников

1. Безруких, М.М. Трудности обучения в начальной школе / М.М. Безруких. - Москва: «АСТ», 2004.
2. Битянова, М.Г. Адаптация ребенка в школе /М.Г. Битянова. - Москва, 1998.
3. Венгер, А.Л., Цукерман Г.А. Психологическое обследование младших школьников. / А.Л. Венгер, Г.А. Цукерман. - Москва, 2004.
4. Вьюнова, Н.И., Гайдар К.М. Проблемы психологической готовности детей 6-7 лет к школьному обучению // Н.И. Вьюнова, К.М. Гайдар. - Москва - 2005.
5. Вьюнова, Н.И. Психологическая готовность к школе / Н.И. Вьюнова. - Москва: Академический проект, 2005. - 142 с.
6. Выготский, Л.С. Собрание сочинений / Л. С. Выготский. - Москва; 1984г., 432 с.
7. Гуткин, Н.И. Психологическая готовность к школе/ Н.И. Гуткин. - Москва: Образование, 1996.
8. Дубровина, И.В., Данилова Е.Е., Прихожан А.М., Психология / И.В. Дубровина Е.Е., Данилова, А.М. Прихожан. - Москва «Академия», 2003. с.380-381, 438-446.
9. Дубровина, И.В. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми. Учебное пособие для студентов средних педагогических учебных заведений - 2-е издание / И.В. Дубровина. - Москва: Издательский центр «Академия» - 1999 г. - 166 с.
10. Дубровина, И.В. Рабочая книга школьного психолога / И.В. Дубровина. - Москва: «Просвещение» - 1991 г. - 303 с.
11. Дубровина, И.В. Практическая психология образования, Учебник для студентов высших и средних специальных учебных заведений / И.В. Дубровина. - Москва: ТЦ «Сфера» - 2000 г. - 528 с.

12. Дубровина, И.В. Практическая психология образования / И.В. Дубровина. – Санкт-Петербург, 2004.
13. Ефимова, С.П. Как помочь первокласснику хорошо учиться / С.П. Ефимова. - Москва: «АСТ», 2003.
14. Журавлев, Н. Д. Первый раз в первый класс / Н.Д. Журавлев. – Москва, 2004, с.17-19.
15. Костяк, Т.В. Психологическая адаптация первоклассников / Т.В. Костяк. - Москва: Академия, 2008. - 232 с.
16. Кравцов, Г.Г., Кравцова Е.Е. Шестилетний ребенок. Психологическая готовность к школе / Г.Г. Кравцов, Е.Е. Кравцова. – Москва: Знание, 1987. – С. 121.
17. Кравцова, Е.Е., Кравцов Г.Г., Готовность к школе. Дошкольное воспитание / Е.Е. Кравцова, Г.Г. Кравцов. - Москва, 1991. – № 7. – С. 81-84.
18. Кравцова, Е.Е. Психологические проблемы готовности детей к обучению в школе / Е.Е. Кравцова. – Москва, 1983.
19. Микляева А.В., Румянцева П.В. Школьная тревожность: диагностика, коррекция, развитие / А.В. Микляева, П.В. Румянцева. - Санкт-Петербург, 2004.
20. Никоненко В.К. Адаптация первоклассников к школе. / В.К. Никоненко. - Москва, 2006.
21. Обухова, Л.Ф. Детская психология: теории, факты, проблемы. / Л.Ф. Обухова. - Москва: Тривола, 2006, с. 22-28.
22. Овчарова, Р.В. Практическая психология в начальной школе / Р.В. Овчарова — Москва, 2005.
23. Платонова, А.А. Успешное завтра будущего первоклассника / А.А. Платонова. – Москва, 2005, — № 5.
24. Прихожан, А.М. Психология тревожности. Дошкольный и школьный возраст / А.М. Прихожан. - Москва: Книга по требованию, 2007. - 200 с.

25. Румянцева, Т.В. Влияние стилей родительского воспитания на школьную тревожность и успеваемость. Психология обучения / Т.В. Румянцева. - Санкт-Петербург, 2009. №12. - С.43-50.
26. Сапогова, Е.Е. Своеобразие переходного периода у детей 6-7 летнего возраста. Вопросы психологии / Е.Е. Сапогова. – Москва, 1986. – № 4. – С. 36-43.
27. Свеженцова, Г.М. Подготовка детей к школе. Начальная школа / Г.М. Свеженцова. – Москва, 1994. – № 5. – С. 67-69.
28. Соколова, Ю.А. Игры и задания на готовность к школе ребенка 6-7 лет / Ю.А. Соколова. - Москва: Эксмо, 2006. - 47 с.
29. Соловьева, Т.А. Первоклассник: адаптация в новой социальной среде / Т.А. Соловьева. - Москва: ВАКО, 2008. - 72 с.
30. Цукерман, Г.А., Поливанова, К.Н. Введение в школьную жизнь / Г.А. Цукерман, К.Н. Поливанова. - Томск, 2012. - 133 с.
31. Эльконин, Д.Б. Психология обучения младших школьников. Избранные психологические труды / Д.Б. Эльконин. - Москва, 1987г., 416 с.
32. Эриксон, Э.Г. Детство и общество. – 2 издание, переработано и дополнено, переведено с английского. / Э.Г. Эриксон. - Санкт-Петербург: Ленато. АСТ, Фонд «Университетская книга», 1996.