

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель Министра образования
Республики Беларусь

А.В. Кадлубай

« 01 » сентября 2021

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГОВ-ПСИХОЛОГОВ
УЧРЕЖДЕНИЙ ОБЩЕГО СРЕДНЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
ПО ПСИХОЛОГИЧЕСКОМУ СОПРОВОЖДЕНИЮ ПРОЦЕССА
АДАПТАЦИИ К ОБУЧЕНИЮ В ШКОЛЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ
1-Х КЛАССОВ**

Поступление в школу является одним из переломных моментов в жизни каждого ребенка. Начало школьного обучения кардинальным образом меняет весь его образ жизни и характеризуется полным изменением условий жизни и деятельности, социального окружения, приобретением нового социального статуса, новых контактов и отношений, обязанностей и требований. Свойственные дошкольникам беспечность, беззаботность, погруженность в игру сменяются жизнью, наполненной множеством требований, обязанностей и ограничений: теперь ребенок должен каждый день ходить в школу, систематически и напряженно трудиться, соблюдать режим дня, подчиняться разнообразным нормам и правилам школьной жизни, выполнять требования учителя, заниматься на уроке тем, что определено школьной программой, прилежно выполнять домашние задания, добиваться хороших результатов в учебной работе и т.д. Он открывает для себя значение новой социальной позиции – позиции школьника (ученика). Основной линией его развития становятся – нормативность, усвоение норм учения, познания, общения, социально приемлемого поведения.

Изменение привычных условий жизнедеятельности ребенка требует приспособления к ним – адаптации, предполагающей перестройку всех систем организма. Приход ребенка в школу связан с новой для него социальной ситуацией, что требует мобилизации адаптационных ресурсов. С приходом в школу появляется новый статус – статус ученика и новый вид деятельности – учебная. От ребенка требуется:

принимать учебную задачу, которую учитель ставит перед классом, как свою личную и выполнять ее, то есть личностно-мотивационное отношение к учению;

представлять содержание предстоящей деятельности и способов ее выполнения;

планировать, контролировать и оценивать собственную деятельность, а в перспективе – и деятельность одноклассников;

выстраивать деловые отношения с учителем, в которых на первый план выходит оценка роли ученика, а не обобщенная оценка личности ребенка;

устанавливать контакт со сверстниками, быть для них интересным, занять комфортное место в системе межличностных отношений;

соответствовать новым нормам поведения и требованиям, связанным со статусом ученика.

Описанная перестройка невозможна без физиологической, психологической и социальной (личностной) адаптации.

Таким образом, в условиях учреждения образования процесс адаптации можно рассматривать как процесс приспособления обучающихся к требованиям и условиям учебной деятельности, социальному окружению. При этом процесс адаптации предполагает, что первоклассник имеет возможность развиваться в соответствующем темпе в зависимости от своих способностей и потребностей, становясь при этом субъектом образовательного процесса в школе.

Процесс адаптации первоклассников к школе требует значительного напряжения всех систем организма ребенка, прежде всего, потому, что школа с первых же дней ставит перед ним целый ряд задач, не связанных непосредственно с его опытом, требует максимальной мобилизации интеллектуальных и физических сил. Ребенок сталкивается с новой для себя социальной ситуацией, с новым образовательным пространством. Эффективная адаптация в первом классе – одна из предпосылок успешной учебной деятельности. Это процесс, представляющий собой сложную систему мероприятий, направленных на овладение новыми формами деятельности, поведения, общения, связанный с изменением социального статуса младшего школьника. От того, как ребенок адаптируется к новой социально-педагогической ситуации развития, зависит успешность его учебной деятельности, сохранение его физического и психического здоровья.

Ход адаптации ребенка к обучению в школе зависит от особенностей его нервной системы, характера, уровня личностного развития и умения общаться со сверстниками. Значительное влияние на успешность адаптации имеет также поддержка и авторитет взрослого, ведь ребенок очень чувствителен и внимателен к тому, кто становится для него опорой. Поэтому весьма важно с первых дней пребывания ребенка в учреждении образования обеспечить качественное психологическое сопровождение его адаптации к новым условиям жизнедеятельности. Большое значение приобретает психологическое

сопровождение первоклассников в период адаптации к школьному обучению. Необходимость изучения проблемы адаптации первоклассников становится в настоящее время актуальной в связи с участвовавшими случаями нарушений психического здоровья детей, ростом заболеваний нервно-психического характера и функциональных расстройств у детей 6-7 лет.

Процесс адаптации первоклассников к школе следует рассматривать как двухфакторную динамическую модель: с одной стороны, организм ребенка должен привыкнуть работать в новом режиме (физиологический фактор), с другой – ребенок должен принять новую для себя социальную роль (психологический фактор).

Рассматривая особенности *физиологической адаптации* первоклассников к школе, можно выделить несколько этапов:

- *«физиологическая буря», или период острой адаптации* (первые 2-3 недели) при поступлении в школу, когда в ответ на изменившиеся условия все системы организма ребенка отвечают бурной реакцией и значительным напряжением, ребенок переживает адаптационный стресс, в результате в сентябре многие первоклассники болеют. По интенсивности и напряженности изменений, происходящих в организме ребенка в процессе учебных занятий в первые недели обучения, учебную нагрузку можно сравнить с воздействием экстремальных нагрузок на взрослый, хорошо тренированный организм;

- *период неустойчивого приспособления*, когда организм ребенка находит приемлемые и появляются близкие к оптимальным варианты реакций на новые условия и ситуацию;

- *период относительно устойчивого приспособления*: организм реагирует на нагрузки с меньшим напряжением, организм находит наиболее подходящие, адекватные новые нагрузки, варианты реагирования. Только на 5-6 неделе обучения показатели работоспособности постепенно начинают расти и становятся более устойчивыми, снижается напряжение основных жизнеобеспечивающих систем организма, т. е. наступает относительно устойчивое приспособление ко всему комплексу нагрузок, связанных с обучением, или собственно адаптация. Однако по некоторым показателям эта фаза относительно устойчивого приспособления может затягиваться и до 9 недель.

Продолжительность всех трех фаз физиологической адаптации – приблизительно 5–6 недель, из которых наиболее сложным является первый месяц. Адаптация в целом длится от двух до шести месяцев в зависимости от индивидуальных особенностей первоклассника. *И хотя считается, что период острой физиологической адаптации организма*

к учебной нагрузке заканчивается на 5-6 неделе обучения, весь первый год обучения можно считать периодом неустойчивой и напряженной регуляции всех систем организма.

Кроме того, адаптация первоклассников – это процесс, также затрагивающий три важные сферы их жизни в школе: академическую, социальную и личностную.

Академическая адаптация характеризует степень соответствия поведения ребёнка нормам школьной жизни: принятие требований учителя и ритма учебной деятельности, овладение правилами поведения в классе, отношение к школе, достаточная познавательная активность на уроках и т.д. Такое взаимное приспособление образовательной системы к ученику, а ученика к требованиям системы и входит в понятие «академическая адаптация». В качестве показателей адаптированности здесь могут выступать: сформированность позиции школьника; принятие ребёнком школьных правил. Это готовность к новым обязанностям, ответственности перед школой, учителем, классом, стремление к социально-нормированным формам поведения, к овладению социально значимыми знаниями и умениями.

Социальная адаптация. Налаживая отношения со взрослыми и сверстниками (как формальные, так и неформальные), первоклассник отбирает те образцы поведения, которые согласуются с имеющимися у него представлениями о мире и о себе, и пытается приспособить усвоенные правила к конкретной школьной ситуации. Критериями успешной социальной адаптации являются особенности поведения ребёнка в школе: формирование адекватного поведения, установление контактов с учащимися и учителем, успешность вхождения первоклассника в новую социальную группу, принятие ребёнка одноклассниками, достаточное количество коммуникативных связей, умение решать межличностные проблемы и т.д.

Личностная адаптация характеризует уровень принятия ребёнком самого себя как представителя новой социальной общности («Я – школьник») и выражается в виде соответствующих самооценки и уровня притязаний в школьной сфере, стремления к самоизменению и др. В связи с этим внимание педагога-психолога должно акцентироваться не только на успеваемости и поведении ребёнка, но и на изучении психологического здоровья первоклассников. В данном случае критерием личностной адаптации может выступать эмоциональное состояние ребёнка в школе. В исследовании процесса школьной адаптации в данном случае значимость приобретает анализ эмоциональных состояний первоклассника.

Понимание хода адаптации важно для педагога-психолога при определении характера взаимодействия не только с ребенком, но и с учителем, законными представителями (далее – родителями). По мнению М. Битяновой, условно можно выделить два подхода к пониманию понятия адаптации как приспособления. Первый рассматривает человека в качестве объекта приспособления к условиям жизнедеятельности. При таком подходе, приспособить ребенка к школе – значит приспособить его к функционированию: выполнение учебных и социальных требований, принятие на себя ролевых обязательств ученика. Вполне естественно, что такое приспособление происходит не только на внешнем, поведенческом уровне, но и на внутреннем, личностном: формируются определенные установки, личностные качества, которые делают ребенка хорошим учеником – послушным, старательным, неконфликтным и т.д.

С точки зрения второго подхода, адаптировать ребенка к школе – значит, приспособить его к развитию (наряду с функционированием). В этом случае ребенок чувствует себя в конкретной школьной среде автором своей жизни, у него сформированы психологические свойства и умения, позволяющие ему соответствовать требованиям и нормам, но что более важно – у него формируется способность развиваться в этой среде, реализовать свои способности и потребности, не вступая в противоречие с этой средой, а используя ее для своего развития, то есть, школа и ребенок адаптируются друг к другу. Необходимо дать ребенку возможность актуализировать свой адаптационный потенциал, а не сформировать «выученную беспомощность». Педагог-психолог решает и узкую профессиональную задачу: формирует такой алгоритм взаимодействия, который будет соблюдаться в последующие годы обучения.

Легкость адаптации ребенка к обучению в школе, по результатам исследований Я.Л. Коломинского и Е.А. Панько, зависит от ряда факторов:

физической и физиологической готовности к обучению, т.е. состояния здоровья и созревания необходимых морфологических структур;

психологической готовности ребенка к школьному обучению, т.е. уровня развития познавательных процессов (а не запаса знаний) и наличие внутреннего плана действия; уровня мотивационного развития (внутренняя позиция школьника); уровня произвольности поведения (способность подчинять свои действия требованию);

опыта адаптации в дошкольном детстве;

особенностей нервной системы и уровня стрессоустойчивости;

сформированности умения устанавливать контакты с окружающими;

рациональной организация учебных занятий и режима дня;

позиции учителя и выбранного им стиля общения с учениками: лично ориентированный учитель создает в классе атмосферу, благоприятную для совпадения индивидуальных потребностей детей с требованиями школы. Отношение учителя к ребенку – индикатор отношений к нему и его одноклассников;

благоприятного статуса в группе сверстников; семейного благополучия.

Критерии успешной адаптации в первом классе.

Критериями благополучной адаптации детей к школе М.М. Безруких предлагает считать благоприятную динамику работоспособности и ее улучшение на протяжении первого полугодия, отсутствие выраженных неблагоприятных изменений показателей здоровья и хорошее усвоение учебной программы.

На основании предлагаемых критериев успешной адаптации можно определить, как проходит период привыкания к новой школьной жизни и есть ли необходимость оказания дополнительной психолого-педагогической помощи ребенку.

1. Удовлетворенность ребенка процессом обучения. Ему нравится находиться в школе, он не испытывает неуверенности и страхов.

2. Насколько легко ребенок справляется с реализуемой образовательной программой.

3. Отсутствие перегрузок в жизни первоклассника. Высокий уровень его работоспособности.

4. Уверенность первоклассника в своих успехах.

5. Степень самостоятельности ребенка при выполнении им учебных заданий, готовность прибегнуть к помощи взрослого лишь после попыток выполнить задание самому.

6. Удовлетворенность межличностными отношениями с одноклассниками и учителем.

Исходя из критериев успешной адаптации первоклассников, можно выделить три уровня адаптации детей к школе: высокий, средний и низкий.

Высокий уровень адаптации. Первоклассник 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.

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

Низкий уровень адаптации. Первоклассник отрицательно или индифферентно относится к школе, нередко жалобы на болезни; доминирует подавленное настроение; наблюдаются нарушения дисциплины; объясняемый учителем материал усваивает фрагментарно, самостоятельная работа с учебником затруднена; 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.

Факторы, способствующие успешной адаптации первоклассника.

1. Возраст начала систематического обучения. Адаптация шестилетних детей к школе длится дольше – у них наблюдаются повышенное напряжение всех систем организма, более низкая и неустойчивая работоспособность.

2. Готовность ребенка к началу систематического обучения. Психологическая готовность ребенка к школьному обучению – это один из важнейших итогов психического развития в период дошкольного детства. Готовность ребенка к школе определяется уровнем развития личности в интеллектуальном, мотивационном, коммуникативном и физическом отношениях. Психологическая готовность ребенка к школьному обучению представляет собой структуру взаимосвязанных элементов: мотивационного (внутренняя позиция школьника), волевого (способность подчинять свои действия правилу), интеллектуального (наличие внутреннего плана действия, сформированность знаковой функции сознания и т.д.). Так же следует сказать, что высокие показатели психологической готовности, как правило, обеспечивают успешность адаптации ребенка к школе, однако не гарантируют, что в начальной школе у ребенка не возникнет проблем.

3. Содержание обучения и методика преподавания. Рациональная организация учебных занятий и режима дня существенно облегчает процесс адаптации детей к школе. При этом важно учитывать, что расписание учебных занятий, методы преподавания, содержание и насыщенность учебных программ, а также условия школьной среды должны соответствовать возрастным функциональным возможностям первоклассников. В известной степени облегчает адаптацию к школе предварительное пребывание детей в детском саду. Быстрее адаптируются дети, посещавшие до школы детский сад, а у тех, кто воспитывался дома, чаще наблюдались двигательная заторможенность, нежелательные изменения в характере общения со сверстниками.

4. Сформированная учебная мотивация.

Большинство детей адаптируются к школе достаточно быстро, однако есть первоклассники, у которых этот процесс сильно затягивается, а у некоторых полноценной адаптации к школе на первом году обучения так и не происходит. Такие дети часто и долго болеют, причем болезни во многом носят психосоматический характер: эти дети составляют «группу риска» с точки зрения возникновения школьного невроза. Дети с затянутым процессом адаптации во всех отношениях нуждаются в особом внимании со стороны педагога-психолога.

К основным психолого-педагогическим условиям эффективности адаптации первоклассников в процессе обучения можно отнести:

1. Преобразование традиционной классно-урочной системы в систему организации личностно-ориентированного подхода.

2. Достижение педагогом соответствия характера педагогического воздействия и внутренних (субъективных) особенностей развития первоклассника.

3. Опора учебно-воспитательного воздействия педагога на «зону ближайшего развития» ребенка.

4. Ориентация на формирование у первоклассников мотива достижения успеха.

5. Положительное воздействие педагога и других субъектов образования на эмоциональную сферу первоклассников.

6. Формирование положительного самоотношения, уверенности в себе у первоклассников.

7. Наличие психолого-педагогической компетентности в деятельности педагога.

Школьная дезадаптация – это образование неадекватных механизмов приспособления ребенка к школе в форме нарушений учебы и поведения, конфликтных отношений, психогенных заболеваний

и реакций, повышенного уровня тревожности, искажений в личностном развитии. Школьная дезадаптация – это социально-психологическое и социально-педагогическое явление неуспешности ребенка в сфере обучения, связанное с субъективно неразрешимым для него (ребенка) конфликтом между требованиями образовательной среды и ближайшего окружения и его психофизическими возможностями и способностями, соответствующими возрастному психическому развитию.

Индикаторами трудно протекающей адаптации могут быть проявления как на физиологическом, так и на психологическом уровнях:

- снижение аппетита, веса, нарушение сна, рост заболеваемости;
- изменение привычного настроения: вялость, замкнутость или повышенная возбудимость, плаксивость и безразличие;
- отказ идти в школу;
- возникновение негативных форм поведения: реакции активного протеста, агрессивности, речевой негативизм;
- появление страхов и невротических действий (кусание ногтей, сосание пальца, выщипывание бровей и т.д.).

Факторы, способствующие возникновению школьной дезадаптации у первоклассников.

1. *Природно-биологические предпосылки.* К ним относятся:

- соматическая ослабленность ребёнка;
- нарушение формирования отдельных анализаторов и органов чувств;
- нейродинамические расстройства, связанные с психомоторной заторможенностью, эмоциональной неустойчивостью (например, СДВГ);
- функциональные дефекты периферийных органов речи, ведущие к нарушению развития школьных навыков, необходимых для овладения устной и письменной речью;
- лёгкие когнитивные расстройства (минимальные мозговые дисфункции, астенические и церебрастенические синдромы);
- недостаточная сформированность произвольности познавательных процессов;
- психологическая и функциональная неготовность ребенка к условиям и требованиям процесса обучения.

2. *Социально-психологические предпосылки.* К ним относятся:

- социально-семейная педагогическая запущенность ребёнка, неполноценное развитие на предыдущих этапах развития, сопровождаемые нарушениями формирования отдельных психических функций и познавательных процессов, недостатками подготовки ребёнка к школе;

- психическая депривация ребенка (сенсорная, социальная, материнская и др.);
- личностные качества ребёнка, мешающие процессу успешной адаптации первоклассника: эгоцентризм, агрессивные тенденции и др.;
- неадекватные стратегии педагогического взаимодействия и обучения, многообразие учебных требований;
- резкое изменение ролевой позиции ребенка;
- повышенный уровень сложности программы обучения;
- чрезмерные интеллектуальные и психоэмоциональные нагрузки в жизни первоклассника;
- неадекватная родительская позиция по отношению к ребенку как к школьнику;
- трудности в установлении социальных контактов, общения со сверстниками и взрослыми;
- нарушение режима и организации учебных и внеучебных занятий.

Одной из главных причин дезадаптации ребенка в первом классе многие исследователи называют несоответствие функциональных возможностей детей тем требованиям, которые предъявляются существующей системой обучения, иначе говоря, отсутствие «школьной зрелости».

Принято выделять следующие основные компоненты дезадаптации:

- когнитивный компонент – проявляется в трудностях учебной деятельности, несформированности познавательных процессов, низкой успеваемости в обучении по отдельным учебным предметам;
- эмоционально-личностный компонент – отрицательное отношение ребенка к отдельным предметам и обучению в целом, к педагогам, одноклассникам;
- поведенческий компонент – нарушения учебной дисциплины, нарушения поведения в сфере межличностного взаимодействия с педагогами и сверстниками.

У большинства первоклассников, у которых диагностируется наличие дезадаптации, достаточно четко могут проследиваться все три компонента. Однако в содержание работы педагога-психолога при психологическом сопровождении первоклассника по вопросам адаптации принято относить *эмоционально-личностный и поведенческий компоненты*, в то время как *когнитивный компонент* относится к содержанию работы педагогов.

Дезадаптация развивается поэтапно в двух аспектах – деятельностном и в сфере отношений.

В учебной деятельности при неблагоприятном развитии школьной ситуации развитие дезадаптации проходит 5 этапов:

- 1) первичные трудности в учебе,
- 2) появление пробелов в знаниях;
- 3) отставание в усвоении программы по одному или нескольким предметам;
- 4) неуспеваемость (частичная или общая);
- 5) отказ от учебной деятельности – ребенок может перестать посещать учебные занятия.

В ситуациях хронической неуспешности учебная деятельность перестает восприниматься ребенком как значимая. Ребенок начинает искать тот вид занятий, в котором он был бы более успешен.

В сфере социальных отношений отрицательная динамика выражается в следующих 5 этапах

- 1) напряжение ребенка в отношениях с родителями и учителями;
- 2) появление смысловых барьеров;
- 3) эпизодические конфликты с окружающими;
- 4) систематические конфликты с окружающими;
- 5) разрыв лично значимых для первоклассника отношений.

Педагогами, как правило, причины таких изменений в поведении ребенка чаще всего не связываются с влиянием школы, ими дается однозначная оценка – «не хочет учиться», «у него плохое поведение». Неуспешность в учебной деятельности, проблемы в отношениях с лично значимыми людьми негативно сказываются на социально-психологическом благополучии личности первоклассника. Вследствие чего могут возникать нарушения поведения, деформации характера, изменения состояния соматического и психического здоровья.

Именно поэтому весьма важно с первых дней пребывания ребенка в школе обеспечить качественное взаимодействие взрослых (учителя, родителей и педагога-психолога) для адаптации ребенка к новым условиям его жизнедеятельности.

Модель работы педагога-психолога по психологическому сопровождению процесса адаптации к обучению в школе обучающихся 1-х классов и оказанию психологической помощи в случае дезадаптации первоклассников

Психологическое сопровождение можно рассматривать как особый вид помощи (или поддержки) ребёнку, обеспечивающей его развитие в условиях образовательного процесса. Психолого-педагогическое сопровождение адаптации детей к школе должно осуществляться

в форме совместной работы администрации учреждения образования, педагогов, педагога-психолога, семьи первоклассника.

Цель психологического сопровождения – создание благоприятных социально-психологических условий для успешной адаптации первоклассников в ситуации школьного обучения при взаимодействии всех участников образовательного процесса.

Основными задачами являются:

развитие социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений со сверстниками и соответствующих ролевых отношений с педагогами;

формирование позитивной «Я-концепции», устойчивой самооценки и низкого уровня школьной тревожности;

формирование стрессоустойчивости, умения находить собственные ресурсы в трудной ситуации;

определение «группы риска» для предупреждения дезадаптации у первоклассников;

повышение психологической компетентности педагогов и родителей первоклассников.

предупреждения профессионального выгорания педагогов, формирование у них стрессоустойчивости.

Принципы реализации модели психологического сопровождения первоклассников по вопросам адаптации:

научность – использование научно обоснованных и апробированных в психологической практике технологий и методик;

системность – организация системы работы со всеми участниками образовательного процесса;

комплексность – совместная деятельность различных специалистов, всех участников образовательного процесса в решении задач сопровождения: классных руководителей, учителей, администрации, педагога-психолога, педагога социального, дефектолога, и др.;

превентивность – обеспечение перехода от принципа «скорой помощи» (реагирования на уже возникшие проблемы) к предупреждению возникновения проблемных ситуаций;

открытость – последовательное использование ресурсов сетевого взаимодействия и социального партнёрства, открытость мероприятий для педагогических и руководящих работников;

технологичность – использование современных технологий, интерактивной стратегии в работе.

Участники (целевая группа): первоклассники, их родители, педагоги, работающие с первоклассниками. Ресурсным для педагога-

психолога в рамках психологического сопровождения адаптации является педагог социальный учреждения образования, который может предоставить информацию об особенностях социальной ситуации развития первоклассника.

Таким образом, для оптимального течения адаптации первоклассников, принятия новых правил и новой социальной роли важным является сотрудничество педагога-психолога как с педагогическими работниками и администрацией, так и с родителями, которые объединяют свои усилия и обеспечивают ребенку защиту, эмоциональный комфорт, интересную и содержательную жизнь в школе и дома.

Сроки и этапы психологического сопровождения и оказания психологической помощи обусловлены особенностями течения адаптации детей к обучению в школе. Согласно исследованиям М.М. Безруких, половина детей (54%) адаптируется в течение двух месяцев обучения, то есть примерно за тот же период, когда наиболее остро проявляется и физиологическая адаптация. Эти дети относительно быстро вливаются в новый коллектив, осваиваются в школе, находят новых друзей в классе; у них почти всегда хорошее настроение, они спокойны, доброжелательны, добросовестно и без явного напряжения выполняют поручения учителя. Иногда у них возникают трудности в контактах с детьми или в отношениях с учителем, потому что им еще трудно соблюдать все требования, правила поведения: хочется побегать или поговорить с товарищем, не дожидаясь звонка на перерыв и тому подобное. Но до конца октября проблемы этих детей, как правило нивелируются, отношения нормализуются, ребенок вполне осваивается и с новым статусом ученика, и с новыми требованиями, и с новым режимом – он становится учеником.

Вторая группа детей (30%), переживает длительный период адаптации, период несоответствия их поведения требованиям школы затягивается: дети не могут принять ситуацию обучения, общения с учителем, детьми. Они могут играть на уроках или выяснять отношения с товарищем, реагируют на замечания учителя слезами, обидами. Как правило, у таких детей возникают трудности в усвоении учебной программы. Лишь к концу первого полугодия их поведение становится соответствующим требованиям школы, учителя. И наконец еще одна группа детей (16%) – дети, у которых адаптация связана со значительными трудностями, кроме того, они не усваивают учебную программу, у них фиксируются негативные формы поведения, яркое проявление негативных эмоций. Именно на таких детей чаще всего

жалуются учителя, дети, родители: они мешают работать в классе, терроризируют одноклассников.

Таким образом, первое полугодие – этап первичной адаптации, который завершается выходом детей на доступный для них уровень функционирования в школьной среде. Это не значит, что достигнут оптимальный уровень и адаптация всех детей завершена успешно. В дальнейшем возможно выделение группы детей, чья учебная деятельность и поведение соответствует ожидаемым стандартам, но это достигается за счет высоких психологических затрат, что приводит к снижению самооценки, формированию школьной тревожности. Другая группа – дети, которые испытывают очевидные трудности в овладении компонентами учебной деятельности, знаниями или нормами поведения.

В отношении этих групп детей во втором полугодии педагог-психолог работает с конкретными психологическими «мишенями», посредством индивидуальной и групповой форм коррекционно-развивающей работы, а не с адаптацией в целом.

Ожидаемые результаты психологического сопровождения:

успешная адаптация первоклассников к новым условиям жизнедеятельности;

сохранение физического, социального и психологического здоровья детей;

повышение психологической компетентности педагогов, родителей.

Критерии эффективности деятельности по психологическому сопровождению процесса адаптации первоклассников к обучению в школе:

- снижение озабоченности и напряженности у всех участников образовательного процесса;

- овладение первоклассниками навыками учебной деятельности;

- статус ребенка в классе, товарищеские отношения с одноклассниками;

- положительное отношение к школе, посещение заведения без негативных переживаний;

- сформированность у первоклассников реальных представлений об особенностях обучения в школе.

Этапы работы педагога-психолога по психологическому сопровождению процесса адаптации первоклассников к обучению в школе

1. Организационный этап (август–сентябрь)

1.1. Просветительская деятельность.

✓ Выступление на первом родительском собрании с целью ознакомления родителей с сущностью адаптации к школе, необходимой помощью в процессе адаптации со стороны родителей, критериями затрудненной адаптации. Важно снять напряжение, которое присутствует у самих родителей и дать им четкие ориентиры, по которым будет строиться взаимодействие семьи и школы. Рекомендуется обратить внимание родителей на то, как протекала адаптация их ребенка к учреждению дошкольного образования.

✓ Оформление памятки «Рекомендации родителям первоклассников».

1.2. Методическая деятельность.

✓ Помощь учителю в разработке и проведении (при необходимости) цикла психологических занятий в рамках учебного курса по программе «Введение в школьную жизнь».

Можно предложить темы:

- «Я и мое имя» для осознания своих положительных качеств и помощи в установлении контактов в классе;
- «Я – школьник/школьница» для знакомства с правилами поведения на уроках и переменах, выявления школьной мотивации;
- «Наш класс» для выработки правил взаимодействия в классе, формирования коммуникативных навыков;
- «Мои друзья» для формирования эмоционального единства класса, чувства поддержки и принадлежности к микрогруппе.

1.3. Диагностическая деятельность.

Первый этап направлен на изучение особенностей течения адаптационного процесса у всех детей.

✓ Посещение уроков педагогом-психологом и наблюдение за детьми для оценки адаптации. В схему наблюдения (см., например, Приложение 1) включаются параметры затрудненной адаптации, тревожности.

✓ С этой же целью проводится анкетирование родителей. Примером может быть уточненный опросник М. Битяновой (см. Приложение 2).

✓ Включенное наблюдение учителя за классом по наиболее очевидным параметрам дезадаптации/тревожности проводится в течении месяца. В качестве схемы наблюдения за всеми детьми можно использовать Шкалу тревожности Сирса (Приложение 3) или любую схему, включающую легко наблюдаемые поведенческие проявления.

✓ Диагностика детей проводится учителем во время рисования в рамках курса Введение в школьную жизнь любой методикой, выполнение которой детьми воспринимается как привычная

деятельность, не вызывает стресс и дает информацию об эмоциональном состоянии ребенка. Примером является проективный тест «Дерево» (Д. Лампен, в адаптации Л.П. Пономаренко) (Приложение 4).

Результаты диагностического обследования обрабатывает педагог-психолог и вносит их в сводную таблицу класса.

1.4. Консультативная деятельность.

Осуществляется в связи с конкретными запросами родителей и педагогов.

Таким образом на первом, организационном, этапе адаптации ребенка к школе доминирует модель педагогического сопровождения ребенка, и большая часть сопровождения ребенка на данном этапе должна проводиться педагогами. Участие педагога-психолога носит более пассивный характер, он работает по запросу педагогов или родителей.

2. Аналитический этап (октябрь)

2.1. Коррекционная деятельность.

Эпизодическая индивидуальная или парная помощь учащимся при проявлениях дисфункциональных состояний (тревоги, агрессии, страха, стресса) средствами психогимнастики, арт-терапии, сказкотерапии. Педагог-психолог помогает стабилизировать эмоциональное состояние и актуализировать приемы самопомощи при стрессе, которые ребенок использовал в дошкольном возрасте, и расширить их арсенал.

2.2. Диагностическая деятельность.

Второй этап: углубленная диагностика детей, испытывающих затруднения в адаптации для выявления причин трудностей.

Работа проводится индивидуально с каждым ребенком. Предпочтительно, по договоренности с учителем, это делать в течении 15–20 минут последнего урока.

При выборе диагностических процедур важно не усиливать адаптационный стресс ребенка и при этом получить максимум возможной информации. Поэтому рекомендуется подбирать методики, не только соответствующие цели диагностики, но и экономичные с позиции затраты времени и сил ребенка; интересные для ребенка (содержанием или процедурой); обладающие «психотерапевтическим» эффектом.

1. Для проверки гипотезы о несформированности личностно-мотивационного отношения к учению необходимо выявить особенности мотивации, ведущие мотивы и сформированность мотивов учения. Примером адекватной методики может быть методика «Учебная мотивация» (М. Гинзбург) (Приложение 5).

2. Для выявления эмоционального отношения ребенка к школе, наличия отрицательных эмоций, дискомфорта, страха, которые переживает ребенок в разных учебных ситуациях, как провокаторов дезадаптации необходимо выявить формирующуюся школьную тревожность. Примером соответствующей методики является проективная методика диагностика школьной тревожности (А. Прихожан) (Приложение 6).

3. Экспертная оценка учителем наблюдаемые затруднений с помощью «Карты адаптации первоклассника» М. Битяновой (Приложение 7) поможет выявить проблемы в отношении к учебной деятельности, коммуникации, физическом состоянии. Важно понимать, что причиной дезадаптации может быть интеллектуальная неготовность к школе. Это самостоятельная проблема, требующая сотрудничества учителя с другими специалистами.

4. Педагог-психолог присутствует на уроках и наблюдает за проблемными детьми, опираясь на опросник Л. Ковалевой (Приложение 8) с целью выявления фактора (или группа факторов), лежащего в основе дезадаптации ребенка. Можно этот же опросник использовать и учителю (вместо Карты адаптации первоклассника М. Битяновой) и сопоставить полученные результаты.

3. Основной этап (ноябрь-март)

3.1. Методическая деятельность.

✓ Участие в работе психолого-педагогического консилиума «О прохождении адаптации первоклассников к обучению в школе» (целесообразно проводить в период зимних каникул).

✓ Методическая помощь каждому учителю в построении образовательного процесса в соответствии с особенностями и возможностями школьников данного класса и типологическими особенностями учителя.

3.2. Консультативная деятельность.

✓ Проведение групповых консультаций педагогов по выработке единого подхода к отдельным категориям детей (дети с признаками гиперактивности, застенчивые дети, дети с признаками одаренности).

✓ Индивидуальные консультации родителей с целью выработки единой стратегии помощи детям, трудно адаптирующимся к школе.

3.3. Коррекционно-развивающая деятельность

Составление (выбор) программы коррекционно-развивающей работы для детей с затрудненной адаптацией, формирование коррекционных групп, организация занятий.

Содержание коррекционно-развивающей работы на этом этапе предполагает:

обучение эмоционально-волевому регулированию,
 помощь в принятии позиции школьника,
 формирование коммуникативных навыков,
 формирование навыков сотрудничества с одноклассниками
 и учителем,
 развитие личности (самосознание, самооценка и уровень
 притязаний).

4. Контрольно-рефлексивный этап (апрель–май)

4.1. Диагностическая деятельность

Заключительный этап: повторное психологическое обследование выполняется в апреле-мае первого года обучения ребенка (касается только детей с затрудненной адаптацией).

Оценка процесса адаптации участников коррекционно-развивающих занятий осуществляется по тем же методикам, по которым делалось заключение о необходимости оказания психологической помощи и проведения коррекционных мероприятий.

4.2. Аналитическая деятельность

Проводится сравнительный анализ первого и второго обследования, на основании которого определяется степень эффективности проведенной педагогами и педагогом-психологом работы с детьми.

Определение группы первоклассников, требующих дальнейшей психологической помощи и ее содержание.

Методические указания по реализации отдельных направлений деятельности педагога-психолога по психологическому сопровождению адаптации первоклассников к обучению в школе

В рамках модели психологического сопровождения первоклассников по вопросам адаптации можно выделить следующие направления: психологическая профилактика и просвещение, психолого-педагогическая диагностика, психологическое консультирование, психокоррекционная деятельность, методическая работа.

Профилактическая и просветительская деятельность

На организационном этапе.

1. При организационной возможности, следует рекомендовать на этом этапе проведение психолого-педагогического консилиума учреждения дошкольного образования и учреждения общего среднего образования по результатам диагностики готовности будущих первоклассников к обучению в школе, основной целью которого является выработка и реализация определённого подхода к комплектованию первых классов.

2. Проведение адаптационных занятий с будущими первоклассниками. Обычно, педагогические работники уже знакомы с проблемой адаптации детей и стараются организовать и провести оптимальную профилактическую работу в этом направлении, а именно:

- знакомят детей со школой и её территорией (проводят экскурсию),
- совершенствуют крупную и мелкую моторику ребёнка (посредством специальных упражнений),
- проводят спортивные занятия,
- развивают общий интеллект,
- работают с детьми с целью сохранения эмоционального равновесия и психического здоровья ребёнка.

3. Групповая консультация педагогов для родителей будущих первоклассников, носящая на данном этапе общий ознакомительный характер о системе обучения в данном учреждении общего среднего образования, формах оценивания, укладе школьной жизни.

4. Проведение групповых и индивидуальных консультаций для родителей будущих первоклассников.

Групповая консультация в форме родительского собрания – это способ сообщить родителям некоторую полезную информацию по организации жизни ребёнка перед началом школьных занятий.

Индивидуальные консультации в начале учебного года педагогом-психологом в рамках профилактической деятельности, прежде всего, проводятся для родителей, чьи дети в свое время испытывали трудности в адаптации к учреждению дошкольного образования, а также для родителей тех детей, которые показали низкие результаты в процессе диагностики готовности к обучению в школе в учреждении дошкольного образования и могут испытывать трудности в адаптации к школе.

Отдельные мероприятия этого периода могут проводиться в апреле-мае, а также в период летних каникул до начала учебного года.

5. Проведение консультативной и просветительской работы с родителями первоклассников, направленной на ознакомление взрослых с основными задачами и трудностями периода первичной адаптации, тактикой общения и помощи детям.

6. Проведение педагогом-психологом групповых и индивидуальных консультаций для педагогов по выработке единого подхода к отдельным детям и единой системы требований к классу со стороны различных педагогов, работающих с классом.

7. Психолого-педагогическая поддержка первоклассника проводится педагогами и педагогом-психологом. Основной формой её проведения являются различные игры. Подобранные и проводимые

в определённой логике, они помогают детям быстрее узнать друг друга, настроиться на предъявляемую школой систему требований, снять чрезмерное психическое напряжение и др. С помощью игровых методов развивающего и психокоррекционного характера специалист может помочь ребёнку в успешной адаптации.

8. В случае необходимости (выявление в начале учебного года группы детей с трудностями адаптации в учреждении дошкольного образования, детей, не в полной мере готовых к обучению) можно рассматривать организацию групповой развивающей работы с первоклассниками, которая будет направлена на повышение уровня их школьной готовности, социально-психологическую адаптацию в новой системе взаимоотношений. Такая групповая работа строится как продуманная система занятий с фиксированной мини-группой школьников (не более 10-ти человек). Основной задачей таких занятий является развитие у детей универсальных учебных действий, необходимых для успешного обучения в начальной школе. Занятия могут проводиться как учителем, так и педагогом-психологом.

Психолого-педагогическая диагностика, проводимая в рамках психологического сопровождения адаптации и направленная на выявление особенностей статуса первоклассника, является составной частью профилактики школьной дезадаптации ребенка.

Основными способами получения диагностической информации о ребёнке и его соответствии школьным требованиям на этапе сопровождения адаптации являются: экспертные опросы педагогов и родителей; психологическое обследование самих детей; проведение педагогического тестирования ребёнка на предмет готовности к систематическому обучению и выявления актуальных проблем в учебной деятельности ребенка.

Психологическая диагностика выявляет особенности поведенческой и личностных сфер обучающихся в первом классе, определяющие следующие моменты:

- адаптация учащихся к школьной среде;
- отношение первоклассника к самому себе (самооценка, самопознание);
- эмоционально-поведенческие проблемы ребенка;
- особенности межличностных взаимоотношений ребенка со сверстниками, определение его социального статуса.

С первоклассниками, испытывающими трудности в школьной адаптации (трудности в школьном обучении, в общении с педагогами и сверстниками, а также с нарушениями в эмоциональной сфере), как

правило, проводится индивидуальная психологическая диагностика, направленная на уточнение причин и особенностей протекания у них дезадаптивных процессов.

Необходимо учитывать временные рамки индивидуальной диагностической работы: с детьми младшего школьного возраста диагностика может проводиться не более 30-40 минут, оптимально – 15-20 минут.

Консультативная деятельность. Консультативная работа по вопросам адаптации первоклассников проводится с педагогами, родителями, администрацией учреждения образования.

Консультативная работа с педагогами осуществляется педагогом-психологом, а с родителями – как классным руководителем, так педагогом-психологом и связана, в основном, с обсуждением результатов проведенной диагностики, конкретным запросом педагога, родителя в связи с проблемами обучения, общения.

Консультирование по проблемам дезадаптации касается изменений в системе взаимоотношений и взаимодействий ребенка в связи с появлением новой социальной ситуацией (школа). Важно стремиться к тому, чтобы в ситуацию консультирования были вовлечены значимые взрослые: прежде всего родители первоклассника и его педагоги.

Дети в первом классе еще недостаточно автономны, их поведение очень тесно связано и зачастую обусловлено определенным поведением взрослых. Поэтому без работы с ближайшим социальным окружением нельзя надеяться на эффективное решение проблемной для ребенка ситуации.

Неэффективна практика, при которой педагог, обративший внимание на проблему ребенка, рекомендует родителям обратиться к педагогу-психологу, сам занимая при этом отстраненную позицию. Либо родители, решившись пойти к педагогу-психологу, пытаются справиться с ситуацией, не привлекая педагогов. Даже в случае успешной динамики процесса консультирования могут быстро сойти на нет все усилия консультирующего специалиста, когда ребенок вернется в привычную среду.

На основном этапе сопровождения адаптации целесообразно предполагать проведение индивидуального и группового консультирования и просвещения родителей, педагогов по вопросам обучения и общения со школьниками, испытывающими трудности в школьной адаптации. Эффективными могут быть такие организационные формы, как методические семинары, проблемные встречи, педагогические консилиумы и др.

Консультирование педагогов рассматривается как форма организации сотрудничества психолога с педагогами в решении различных школьных проблем и профессиональных задач самого педагога.

Особенности консультирования педагогов:

1. Необходимость равноправного взаимодействия педагога-психолога и педагогов.
2. Формирование у педагогов установки на самостоятельное решение возникших проблем.
3. Принятие педагогами ответственности за совместные решения с педагогом-психологом.
4. Распределение профессиональных функций между педагогом и педагогом-психологом.

Трудности консультирования педагогов:

- низкая мотивация педагогов;
- низкий уровень доверия педагога к педагогу-психологу;
- установка администрации на оценочную работу педагога-психолога;
- неработанность технологий консультирования педагогов;
- опасения педагогов, что работа будет строиться с позиции «сверху–вниз».

Особенности консультирования родителей. В консультировании родителей можно условно выделить две составляющие:

образовательный компонент (педагог-психолог стремится познакомить родителя с возрастными особенностями его ребенка, разъяснить принципы эффективного взаимодействия в диаде «родитель-ребенок», т.е. это краткий рассказ о каких-либо общих психологических закономерностях, связанных с вопросами адаптации конкретного ребенка к школе),

терапевтический компонент (внимание к эмоциональным переживаниям родителя, поддержка, легализация его чувств, отклик на обиды, страхи, разочарования; обращение к иррациональным факторам, лежащим в основе трудностей родителя).

Основными задачами консультирования родителей являются:

- информирование,
- организация эффективного детско-родительского общения,
- психологическая поддержка родителей.

Типичные ошибки педагога-психолога при консультировании родителей:

- оценка родителя как плохого;
- установка на виновность родителя;

установка педагога-психолога, что он, как родитель, – лучше.

Рекомендации для педагогов и родителей, которые могут быть использованы педагогом-психологом в консультировании, предложены в Приложениях 9, 10, 11.

Организационно-консультативная работа педагога-психолога с администрацией учреждения образования направлена на совершенствование процесса управления образовательным процессом, создание социальных и педагогических школьных условий, способствующих успешной адаптации первоклассников.

Методическая работа направлена на совершенствование содержания и методики обучения. Она осуществляется педагогами совместно с администрацией школы по результатам анализа психолого-педагогического статуса первоклассников.

В рамках организационного и аналитического этапов предполагается организация методической работы педагогов, направленной на построение учебного процесса в адаптационном периоде в соответствии с индивидуальными особенностями и возможностями школьников, выявленных в ходе диагностики и наблюдения за детьми первых недель обучения.

В рамках основного этапа организуется методическая работа с педагогами, направленная на анализ содержания и методики преподавания различных предметов. Цель такого анализа – выявить и устранить те моменты в учебном процессе, стиле общения с детьми, которые могут провоцировать различные школьные трудности.

Психокоррекционная деятельность

Психокоррекционная работа ориентирована на оказание помощи детям, испытывающим трудности в школьной адаптации, которые могут проявляться в поведении, обучении, эмоциональном состоянии ребёнка. Оказание психологической помощи осуществляется в групповой и индивидуальной формах. Поэтому, как правило, психокоррекционная деятельность начинает осуществляться на третьем– основном – этапе, на котором ведется психолого-педагогическая работа с первоклассниками, испытывающими трудности в школьной адаптации.

На основном этапе коррекционно-развивающую работу с первоклассниками, испытывающими трудности в обучении и поведении проводит педагог-психолог. Данный вид деятельности педагога-психолога направлен на реализацию следующих задач:

- развитие у детей умений и навыков, необходимых для успешного обучения в начальной школе (комплекс этих умений

и навыков входит в содержание понятия психологической готовности к школе);

- развитие у детей социальных и коммуникативных умений, необходимых для эффективного взаимодействия со сверстниками и с педагогами;

- формирование устойчивой учебной мотивации

- формирование позитивной Я-концепции первоклассника, что, в частности, приведет к снижению уровня школьной тревожности.

Очевидно, что эти задачи должны рассматриваться в совокупности, как единый комплекс, так как только целостное воздействие на личность ребёнка может привести к формированию адаптационных стратегий у первоклассника.

Возможны две формы организации такой коррекционно-развивающей работы: индивидуальная и групповая.

Особенности организации коррекционно-развивающей работы с первоклассниками, испытывающими трудности в адаптации.

Работа педагога-психолога строится как процесс сопровождения индивидуальных случаев дезадаптации обучающихся в соответствии с запросом педагогов или родителей. Работа в русле этой цели строится преимущественно индивидуально: педагог-психолог анализирует причины дезадаптации конкретного учащегося, связанные с особенностями как психики ребенка, так и с условиями окружающей среды. В своей деятельности он ориентируется на устранение этих причин, т.е. работа носит коррекционный характер, направлена она на формирование приспособительных умений у учащихся – выработка индивидуального стиля обучения и общения, освобождение от страхов, обучение навыкам принятия решений и т.д.

Как правило, проблема ребенка, требующая разрешения, имеет и внутренние, личностные, и внешние аспекты, поэтому работа специалистов обычно включает 3 основные составляющие:

- непосредственная (индивидуальная) работа с ребенком, предполагающая психолого-педагогическую поддержку первоклассника с признаками дезадаптации. В условиях общеобразовательной школы общение педагога-психолога с такими учащимися носит чаще всего индивидуальный характер, каждая встреча содержит элементы диагностики, консультирования и психокоррекционной работы;

- работа с педагогами: одним из направлений реализации программы коррекционно-развивающей работы с первоклассниками, испытывающими трудности в адаптации, является повышение психологической грамотности и культуры педагогов по проблеме адаптации и дезадаптации отдельных групп детей;

- работа с семьей, как правило, направлена на развитие психологической компетентности родителей первоклассников. Работа с родителями строится с использованием приемов индивидуального или группового консультирования по вопросам учебных и социально-коммуникативных проблем детей в школе и дома, а также по вопросам нарушения детско-родительских отношений, связанных с появлением новой ролевой позиции у ребенка (позиции школьника).

Реализация коррекционно-развивающих программ

Выбор коррекционно-развивающих программ может определяться возможностями учреждения образования, спецификой запроса на сопровождение. В случае, когда учреждение образования довольно успешно справляется с проблемой адаптации, могут выбираться отдельные коррекционно-развивающие занятия в объеме не более 4-х часов. В других ситуациях, требующих повышенного внимания педагога-психолога, на основном этапе возможна работа по развернутым, объемным программам.

При разработке программы коррекционно-развивающей работы необходимо соблюдать следующие требования:

- четкое формулирование целей коррекционной работы, определение круга задач, конкретизирующих данные цели;
- выбор формы коррекционной работы (индивидуальная, групповая, смешанная);
- определение продолжительности проведения коррекционной программы;
- разработка конкретного содержания коррекционной программы в целом и каждого занятия отдельно;
- определение критериев и формы контроля реализации коррекционной программы;
- проведение коррекционной программы и внесение дополнений и изменений в нее по ходу работы (в зависимости от особенностей реагирования участников на программу);
- оценка эффективности реализованной психокоррекционной программы.

Коррекционно-развивающая работа, в зависимости от специфики проблемы, проводится в индивидуальной или в групповой форме. Возможно сочетание этих форм коррекционной помощи, переход от индивидуальной к групповой работе в зависимости от динамики проблемы.

На выбор структуры и содержания коррекционно-развивающей работы с первоклассниками с признаками дезадаптации влияют также

такие факторы как: причины возникшей дезадаптации и сфера ее проявления.

В соответствии с этим можно выделить следующие направления коррекционно-развивающей работы:

1. Признаки дезадаптации первоклассника наблюдаются в сфере учебной деятельности. В первую очередь диагностируются такие признаки дезадаптации первоклассников как: несформированность общеучебных умений и навыков, снижение учебной мотивации. Акцент в данном направлении коррекционно-развивающей работы делается на формировании у первоклассника общеучебных умений, на работе с его мотивационной сферой.

Проблемы адаптации могут быть вызваны появлением учебных предметов, новой формой организацией учебного занятия (урок). Основным фактором, определяющим трудности новых условий – это появление предметного обучения, новых педагогов, многообразие учебных требований. Характерными признаками являются состояние непонимания ребенком новой для него позиции школьника, смысловая неопределенность, нервно-психическое напряжение на уроках и при выполнении домашних заданий.

Причинами трудностей первоклассника в учебной деятельности и снижения у него учебной мотивации могут быть:

- несформированность основных операций мышления, процессов памяти, распределения и концентрации внимания.
- слабая сформированность организационных умений первоклассника (умение самостоятельно выполнять задание по алгоритму, умение вести тетрадь, навыки самопроверки и самооценки).

Особого внимания педагога-психолога и педагогов требуют следующие группы детей.

1. Воспринимая учебную информацию, ребенок практически не в состоянии действовать самостоятельно. Особые трудности у него вызывает информация, предъявляемая в письменной (или наоборот – в устной) форме. Испытывает значительные затруднения при выделении нового и главного при интеллектуальной обработке информации. Темп интеллектуальной деятельности и ее результативность выражено снижены. Освоение школьной программы значительно затруднено. При интеллектуальной обработке информации ему необходима значительная обучающая, организующая и стимулирующая помощь педагога. Такому ребенку необходимо пошаговое предъявление учебной информации с пошаговым контролем ее усвоения. А также необходимо обучение приемам логического мышления.

2. Затруднено осмысление учебной задачи как цели деятельности. Ребенок приступает к работе, не имея плана, не понимает, каким должен быть конечный результат. Уточняющих вопросов не задает, хотя и нуждается в пояснениях. Действует импульсивно, хаотично. Если план работы предложен педагогом, в ходе работы грубо нарушает его, не замечая этого. Завершив задание, часто довольствуется ошибочным результатом. При этом, даже проверяя результат, допущенных ошибок не видит. Не способен обратиться за необходимой помощью и даже если такая помощь оказана, не умеет ею пользоваться. Такому ребенку необходимо обучение умению ставить цель деятельности, разрабатывать шаги по ее достижению. По завершении работы следует побуждать ребенка сравнивать полученный результат с эталоном, находить и исправлять допущенные ошибки и на этой основе давать самооценку. Желательно показывать ребенку, где можно получить помощь и как ею воспользоваться.

Основная цель психологической помощи первокласснику с несформированностью общеучебных умений заключается в его развитии организационных умений, произвольности и навыков самостоятельной работы до уровня, соответствующие возрастной норме, повышение учебной мотивации. В то время как развитие познавательных процессов таких первоклассников будет целью педагогической работы субъектов образования.

Также необходимо провести ряд консультаций для педагогов и родителей по проблеме несформированности общеучебных умений у первоклассников, которые будут ориентированы на решение следующих задач:

- снижение отрицательных эмоций, связанных с учебной неуспешностью ребенка;

- создание условий для формирования у взрослого ответственной позиции по отношению к преодолению учебных трудностей, определение совместной программы помощи ребенку;

- обучение педагогов способам развития познавательных процессов и организационных умений ребенка на учебном материале.

2. *Признаки дезадаптации первоклассника наблюдаются в сфере межличностного взаимодействия с другими детьми.* В первую очередь диагностируются такие признаки дезадаптации первоклассников как несформированность умений устанавливать и поддерживать конструктивный уровень общения в группе сверстников. Акцент в данном направлении коррекционно-развивающей работы делается на формировании и развитие коммуникативных навыков первоклассника.

Проявления дезадаптации могут быть связаны с трудностями установления и построения контактов в группе сверстников. Причинами этого являются:

- включение в новый коллектив сверстников, необходимость выстраивания взаимоотношений в классе (характерно для всех детей, начинающих обучение в первом классе),
- в межличностных отношениях в группе среди учащихся может существовать борьба за лидерство, проявления неконструктивных форм взаимодействия. Часто встречаются случаи, когда сверстники «не принимают» кого-либо из одноклассников, неприятие отдельных учащихся.

Направления коррекционно-развивающей работы

- формирование коммуникативной компетентности первоклассника;
- обучение навыкам эффективного поведения в конфликтных ситуациях;
- развитие самопознания в различных социальных ситуациях, определения своей позиции и способа адекватного поведения в различных ситуациях.

Работа по развитию навыков эффективного взаимодействия и коммуникативной компетентности первоклассников включает следующие задачи:

- обучение навыкам анализа ситуаций общения (в частности, понимать и адекватно оценивать сообразно ситуации состояние и чувства собеседника);
- обучение навыкам эмоционального самоконтроля в общении;
- создание условий для обращения участников к собственному опыту общения;
- обучение навыкам эффективного взаимодействия в конфликте;
- закрепление норм эффективного взаимодействия на практике.

Коррекционная работа с первоклассниками с признаками дезадаптации в сфере межличностного взаимодействия с другими детьми ориентирована на решение следующих задач:

- отреагирование отрицательных эмоций ребенка, вызванных проблемами в учебной деятельности, взаимоотношениях со сверстниками;
- создание условий для осознания первоклассниками ряда типичных ситуаций, вызывающих коммуникативные проблемы в школе (обсуждение конкретных ситуаций, анализ отношения учащихся к ним, определение способов поведения в них);

- актуализация позитивного опыта преодоления детьми проблемных ситуаций («что мне помогло», «что мне могло бы помочь»).

3. *Признаки дезадаптации первоклассника наблюдаются в сфере межличностного взаимодействия первоклассника и педагога.* В первую очередь диагностируются такие признаки дезадаптации первоклассников как:

- отсутствие интереса к предмету, страх перед учителем; ученик знает материал, но боится отвечать на уроке,
- низкая успеваемость по предмету; возможны пропуски уроков;
- негативные реакции на замечания педагога;
- поиск предлога для привлечения внимания учителя;
- нарушения состояния здоровья, периодически возникающие в ситуации проверки знаний, контрольных работ и др.

Акцент в данном направлении коррекционно-развивающей работы делается на два основных фактора: на формирование у первоклассника коммуникативных навыков, необходимых для эффективного взаимодействия с учителем на уроке и анализе стратегий педагогической деятельности.

Выявление актуальных проблем взаимодействия «педагог-первоклассник» может проводиться с использованием метода наблюдения, анкетирования учащихся. Это позволяет выявить «проблемное поле» в системе отношений «учитель–ученик», определить стилевые характеристики педагогической деятельности, отрицательно влияющие на эмоциональное отношение первоклассников к межличностному взаимодействию с учителем на уроке и вне его.

Особого внимания педагога-психолога и педагогов требуют следующая группа детей:

Ребенок не способен самостоятельно донести до окружающих собственные мысли и формулировать ответы на обращенные к нему вопросы, а также самостоятельно формулировать вопросы собеседнику. В ходе дискуссии, как правило, не корректен. Не может аргументировано отстаивать собственную позицию и менять ее, т.к. не понимает необходимость этого шага. При взаимодействии в группе не подчиняется общему решению группы. Не способен строить общение с учетом статуса собеседника и особенностей ситуации общения.

Коррекционная работа с первоклассниками с признаками дезадаптации в сфере межличностного взаимодействия с педагогами ориентирована на решение следующих задач:

- отреагирование отрицательных эмоций ребенка, вызванных проблемами в учебной деятельности, взаимоотношениях с педагогами;
- обучение приемам участия в дискуссии;

- формирование умения обосновывать свою позицию в споре;
- формирование умения видеть общую цель группы в процессе решения учебных задач и действовать в соответствии с этой целью;
- формирование умения удерживать социальную дистанцию в ходе общения со взрослыми.

Любое из выделенных выше проявлений дезадаптации ребенка связано с эмоционально-личностными проблемами, выражающимися в виде психоэмоциональных реакций (личностной и ситуативной тревожности, защитных реакций агрессии и др.). Возможно углубление соматических проблем, повышение уровня заболеваемости из-за боязни ситуаций проверки знаний, трудностей адаптации к новым учебным требованиям, повышения учебной и психоэмоциональной нагрузки, социальной ситуации в классе.

Наряду с явными проявлениями школьной дезадаптации встречаются ее скрытые формы, когда при хорошей успеваемости и дисциплине ребенок испытывает постоянную внутреннюю тревогу и страх перед школой или учителем, у него отсутствует желание ходить в школу, наблюдаются трудности в общении, формируется неадекватная самооценка.

Путь решения проблемы ребенка зависит не только от степени его вовлеченности в проблему, но и от того какие ресурсы для исправления ситуации есть у каждого субъекта, вовлеченного в процесс адаптации.

Аналитическая деятельность

Аналитическая деятельность педагога-психолога на основном и контрольно-рефлексивном этапах направлена на осмысление результатов проведенной в течение полугодия и года в целом работы. Изучение динамики развития предметных, метапредметных и личностных результатов психологического сопровождения адаптации первоклассников к школьному обучению.

Список использованных источников

1. Александровская, Э. М. Социально-психологические критерии адаптации к школе / Э. М. Александровская. – М., 2008. – 153 с.
2. Артюхова, И. С. В первом классе – без проблем / И. С. Артюхова. – М. : Чистые пруды, 2008. – 32 с.
3. Битянова, М. Р. Адаптация ребенка к школе: диагностика, коррекция, педагогическая поддержка / М. Р. Битянова. – Минск, 2007. – 145 с.
4. Безруких, М. М. Знаете ли вы своего ученика? / М. М. Безруких, С. П. Ефимова. – М. : Просвещение, 1991. – 176 с.
5. Божович, Л. М. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л. М. Божович. – М., 2008. – 267 с.
6. Гуткина, И. И. Психологическая готовность к школе / И. И. Гуткина. – М. : Академический проект, 2000. – 184 с.
7. Диагностика психологической готовности ребенка к школе / под ред. Н. Я. Кушнир. – Минск, 2001. – 281 с.
8. Диагностика школьной дезадаптации : науч.-метод. пособие для учит. нач. кл. и школ. психологов. – М. : Социальное здоровее России, 1993. – 110 с.
9. Дорожевец, Т. В. Изучение школьной дезадаптации / Т. В. Дорожевец. – Витебск, 2005. – 182 с.
10. Клепцова, Е. Ю. Влияние индивидуально-типических особенностей педагога на процесс адаптации школьника / Е. Ю. Клепцова // Начальная школа. – 2007. – № 4. – С. 3–8.
11. Коломинский, Я.Л. Учителю о психологии детей шестилетнего возраста / Я. Л. Коломинский Е. А. Панько. – М., 2008. – 265 с.
12. Коробкина, С. А. Адаптация учащихся на сложных возрастных этапах (1, 5, 10 классы). Система работы с детьми / С.А. Коробкина. – М. : Учитель, 2021. – 261 с.
13. Крыжановская, Л. М. Методы психологической коррекции личности : учебник / Л. М. Крыжановская. – М.: Владос, 2015. – 239 с.
14. Кулагина, И. Ю. Возрастная психология / И. Ю. Кулагина. – М.: Изд-во УРАО, 2007. – 176 с.
15. Кумарина, Г. Ф. Школьная дезадаптация: признаки и способы предупреждения / Г. Ф. Кумарина // Социальная педагогика. – 2007. – № 3. – С. 79–88.
16. Кушнир, Н. Я. Введение в школьную жизнь / Н. Я. Кушнир, Н. Н. Максимчук. – Минск : «Народная асвета», 1998. – 199 с.

17. Медведская, Е. И. Психолого-педагогические трудности обучения первоклассников / Е. И. Медведская // Пачатковая школа. – 2018. – № 8. – С. 56–61.

18. Мирошина, А. Б. Адаптация родителей к школе / А. Б. Мирошина. – Ростов н/Д. : Феникс, 2020. – 188 с.

19. Мухина, В. С. Детская психология / В. С. Мухина. – М. : ООО АПРЕЛЬ Пресс, 2000. – 352 с.

20. Обухова, Л. В. Возрастная психология / Л. В. Обухова. – М., 2006. – 72 с.

21. Общая психология: учеб. пособие для вузов / под ред. А. В. Петровского. – М., 2007. – 480 с.

22. Пономаренко, Л. П. Психологическая профилактика дезадаптации учащихся в начале обучения в средней школе : метод. рекомендации для школ. психологов / Л. П. Пономаренко. – Одесса: Астра-Принт, 1999.

23. Тиринова, О. И. Слагаемые успешной адаптации / О. И. Тиринова // Пачатковая школа. – 2010. – № 8. – С. 45–48.

24. Чиникайло, С. И. Психолого-педагогическое сопровождение адаптации младших школьников / С. И. Чиникайло. – Минск : БГМУ, 2005. – 56 с.

25. Шваб, Е. Д. Психологическая профилактика и коррекционно-развивающие занятия / Е. Д. Шваб. – М. : Учитель, 2020. – 167 с.

Приложение 1

Наблюдение как метод определения адаптации к школе

Цель методики. Диагностика уровня школьной тревожности учащихся посредством анализа ее проявлений в поведении.

Процедура диагностики. Наблюдение требует посещения занятий несколько раз с временным интервалом, «незаметного» присутствия педагога-психолога, фиксация результатов проводится, когда дети привыкнут к присутствию постороннего. Ограничение наблюдения 6-8 первоклассниками. Необходимы заранее заготовленные бланки карты наблюдения и план рассадки детей.

Инструкция. Фиксируется каждое проявление указанных признаков.

Комплектность, состав методики: карта наблюдения.

Обработка результатов. Подсчитывается количество поведенческих проявлений тревожности. Вербальные и невербальные проявления оцениваются отдельно.

Интерпретация результатов. Проводится качественная интерпретация данных, с учетом большей информативности невербальных признаков по сравнению с вербальными. Невербальные проявления показывают неосознаваемую тревожность.

Если в поведении учащегося отмечается более 50 % признаков тревожности, перечисленных в карте наблюдения, педагогу-психологу следует обратить на него особое внимание.

Карта наблюдения (бланк)

Признаки		Учащиеся						
		1	2	3	4	5	6	7
Вербаль- ные	«Я боюсь» (и смысловые эквиваленты)							
	«Я не знаю» (и смысловые эквиваленты)							
	«Я не буду отвечать» (и смысловые эквиваленты)							
Невербальные	Мимика	Непроизвольное подергивание век						
		Расширенные глаза						
		Потупленный взгляд						
		Лицо без эмоций						
		Бледность лица						
		Покраснение лица						
		Испарина						
Взгляд «мимо доски», «мимо учителя»								

Приложение 2

Анкета для родителей (М. Битянова)

Цель методики: диагностика процесса адаптации методом экспертных оценок.

Процедура диагностики. На первом родительском собрании раздаются бланки с признаками, требующими наблюдения, и определяется длительность процедуры (например, месяц).

Инструкция. Просим Вас обобщить результаты наблюдения за ребенком и ответить на приведённые ниже вопросы. Выберите (поставьте любой значок) тот вариант, который кажется Вам наиболее подходящим к вашему ребёнку, типичным для него.

Комплектность, состав методики: 2 бланка, которые родителям предлагаются без закодированных показателей.

Ключ к методике:

Бланк 1

Показатели самочувствия	0	1	2	3
1. Ребенок под разными предлогами неохотно идет в школу	А	А	ВДА	ДА
2. Долго собирается в школу, постоянно забывает необходимые вещи, не помнит расписания уроков, требует постоянного контроля родителей	А	А	ВДА	ДА
3. После школы вялый, сонливый или, наоборот, чрезмерно возбужденный, раздражительный, агрессивный	А	А	ВДА	ДА
4. Частые жалобы на усталость, головные боли, головокружение, боли в животе, тошноту	А	А	ВДА	ДА
5. К вечеру чрезмерно возбужден, отказывается спать, долго не может уснуть.	А	А	ВДА	ДА
6. Сон беспокойный с неприятными сновидениями, страхами. Ночью часто просыпается, вскрикивает, «крутится», зовет родителей. Энурез.	А	А	ВДА	ДА
7. Отмечаются такие нарушения как: неконтролируемые подергивания век, различных групп мышц (лица, шеи, плеч), заикание, различного рода страхи (темноты, одиночества, замкнутого пространства), навязчивые состояния (обкусывание ногтей, сосание пальца)	А	А	ВДА	ДА

Бланк 2

Показатели поведения				
1. Охотно ли идёт ребёнок в школу?	ДА	ВДА	А	–
2. Приспособился ли ребенок к школьному режиму? Принимает как должное новый распорядок?	ДА	ВДА	А	–
3. Переживает ли свои успехи и неудачи в школе?	ДА	ВДА	А	–
4. Часто ли ребёнок делится с Вами школьными впечатлениями?	ДА	ВДА	А	–
5. Каков преобладающий эмоциональный характер этих впечатлений?	ДА	ВДА	А	–
6. Как ребёнок преодолевает трудности в работе?	ДА	ВДА	А	–
7. Способен ли ребёнок сам проверять, находить и исправлять ошибки в сделанной работе в школе или дома?	ДА	ВДА	А	–
8. Часто ли ребёнок жалуется на товарищей по классу, обижаются на них?	ДА	ВДА	А	–
9. Справляется ли ребёнок с учебной нагрузкой без перенапряжения?	ДА	ВДА	А	–

Обработка результатов. Подсчитывается количество ответов по каждому показателю, где:

А – адаптация,

ВДА – возможна дезадаптация,

ДА – дезадаптация.

Интерпретация результатов. По наибольшему количеству выборов делается вывод (количественный) об уровне адаптации первоклассников.

Бланки для родителей**Анкета для родителей**

Инструкция. Просим Вас обобщить результаты наблюдения за ребенком и ответить на приведённые ниже вопросы. Выберите (поставьте любой значок) тот вариант, который кажется Вам наиболее подходящим к вашему ребёнку, типичным для него:

0 – симптомы отсутствуют,

1 – симптомы слабо выражены, отмечаются изредка,

2 – симптомы умеренно выражены, наблюдаются периодически,

3 – симптомы сильно выражены, наблюдаются постоянно.

Бланк 1

Показатели самочувствия	0	1	2	3
1. Ребенок под разными предлогами неохотно идет в школу				
2. Долго собирается в школу, постоянно забывает необходимые вещи, не помнит расписания уроков, требует постоянного контроля родителей				
3. После школы вялый, сонливый или, наоборот, чрезмерно возбужденный, раздражительный, агрессивный				
4. Частые жалобы на усталость, головные боли, головокружение, боли в животе, тошноту				
5. К вечеру чрезмерно возбужден, отказывается спать, долго не может уснуть.				
6. Сон беспокойный с неприятными сновидениями, страхами. Ночью часто просыпается, вскрикивает, «крутится», зовет родителей. Энурез.				
7. Отмечаются такие нарушения как: неконтролируемые подергивания век, различных групп мышц (лица, шеи, плеч), заикание, различного рода страхи (темноты, одиночества, замкнутого пространства), навязчивые состояния (обкусывание ногтей, сосание пальца)				

Бланк 2

Показатели поведения				
1. Охотно ли идёт ребёнок в школу?	неохотно	без особой охоты	охотно, с радостью	затрудняюсь ответить
2. Приспособился ли ребенок к школьному режиму? Принимает как должное новый распорядок?	пока нет	не совсем	в основном, да	затрудняюсь ответить
3. Переживает ли свои успехи и неудачи в школе?	скорее нет, чем да	не вполне	в основном, да	затрудняюсь ответить
4. Часто ли ребёнок делится с Вами	никогда	иногда	довольно часто	затрудняюсь ответить

школьными впечатлениями?				
5. Каков преобладающий эмоциональный характер этих впечатлений?	в основном отрицательные впечатления	положительных и отрицательных примерно поровну	в основном положительные впечатления	затрудняюсь ответить
6. Как ребёнок преодолевает трудности в работе?	перед трудностями сразу пасует	обращается за помощью	настойчив в преодолении трудностей	затрудняюсь ответить
7. Способен ли ребёнок сам проверять, находить и исправлять ошибки в сделанной работе в школе или дома?	сам этого сделать не может	иногда может	как правило, может	затрудняюсь ответить
8. Часто ли ребёнок жалуется на товарищей по классу, обижаются на них?	довольно часто	бывает, но редко	такого практически не бывает	затрудняюсь ответить
9. Справляется ли ребёнок с учебной нагрузкой без перенапряжения?	нет	скорее нет, чем да	скорее да, чем нет	затрудняюсь ответить

Шкала тревожности Сирса

Цель методики: экспертная оценка уровня тревожности ребенка. Оценку в качестве эксперта проводит учитель.

Инструкция эксперту.

Оцените каждое утверждение одним из следующих баллов:

- 0 – признак отсутствует;
- 1 – признак слабо выражен;
- 2 – признак достаточно выражен;
- 3 – признак резко выражен.

Стимульный материал.

Утверждения:

1. Обычно напряжен, скован.
2. Часто грызет ногти.
3. Легко пугается.
4. Плаксив.
5. Очень ко всему чувствителен.
6. Часто бывает агрессивным.
7. Обидчив.
8. Нетерпелив, не может ждать.
9. Легко краснеет или бледнеет.
10. Испытывает трудности с сосредоточением.
11. Суевлив.
12. Потеют руки.
13. При неожиданном задании с трудом включается в работу.
14. С трудом регулирует громкость голоса при ответе.

Обработка результатов. Подсчитывается математическая сумма баллов.

Интерпретация результатов:

0-4 балла – диагностируется как сомнительная достоверность результата;

5–20 баллов – низкий уровень тревожности;

21–30 баллов – средний уровень тревожности;

31 балл и более – высокий уровень тревожности.

Проективный тест «Дерево»

(Д. Лампен, в адаптации Л.П. Пономаренко)

Цель методики: оценка успешности адаптации ребенка в начале школьного обучения и при переходе в среднее звено.

Методика позволяет достаточно быстро определить особенности протекания адаптационного процесса, выявить возможные проблемы ребенка.

Процедура диагностики. Детям предлагают готовые подписанные (для первоклассников) бланки с изображением дерева и располагающихся на нем и под ним человечков (без нумерации фигурок). Учащимся пятых классов предлагается написать фамилию в момент сдачи рисунка, чтобы не влиять на их выбор.

Инструкция. «Рассмотрите это дерево. Вы видите на нем и рядом с ним множество человечков. У каждого из них разное настроение, и они занимают различное положение. Возьмите красный фломастер/карандаш и раскрасьте того человечка, который напоминает вам себя, похож на вас, ваше настроение в школе и ваше положение. Возможно, чем выше на дереве находится человечек, тем выше его достижения, тем более он успешен в школе. Теперь возьмите зеленый фломастер/карандаш и раскрасьте того человечка, которым вы хотели бы быть и на чьем месте вы хотели бы находиться».

Дети, погружаясь в рисуночную деятельность, с удовольствием выполняют предложенные задания, легко отождествляют себя с тем или иным человечком, не ориентируясь на социально-желательные критерии.

Бывает так, что некоторые дети просят разрешения обозначить позиции двух человечков одним цветом. Не следует запрещать, но для интерпретации необходимо зафиксировать очередность выбора.

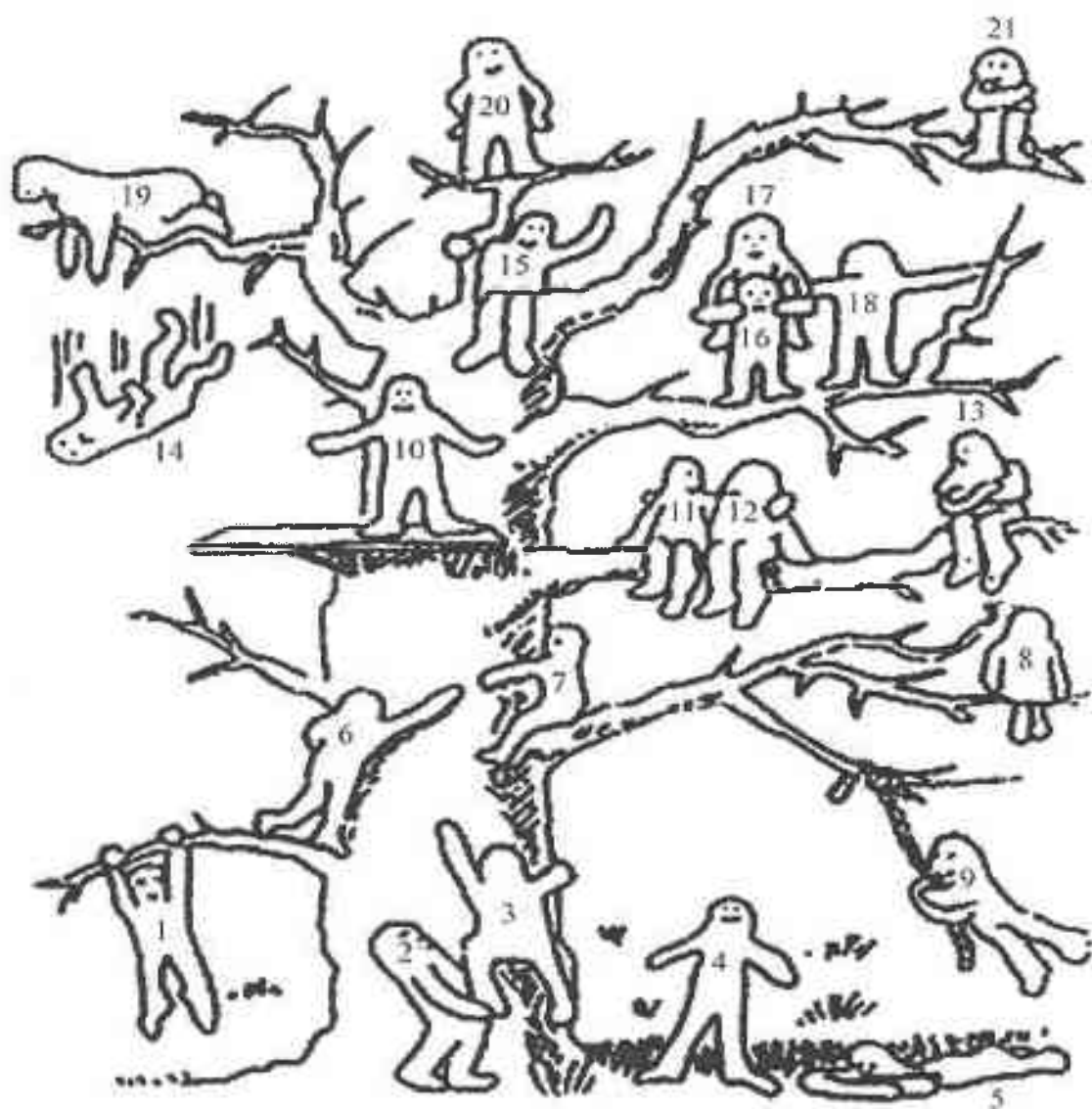
Обработка результатов. Бланк ребенка соотносится с контрольным бланком, где у каждой фигурки есть порядковый номер. Важно: позицию № 16 учащиеся не всегда понимают как позицию «человечка, который несет на себе человечка № 17», а склонны видеть в ней человека, поддерживаемого и обнимаемого другим.

Интерпретация результатов осуществляется, исходя из позиций, выбираемых ребенком: с положением какого человечка отождествляет свое реальное и идеальное положение, есть ли между ними различия.

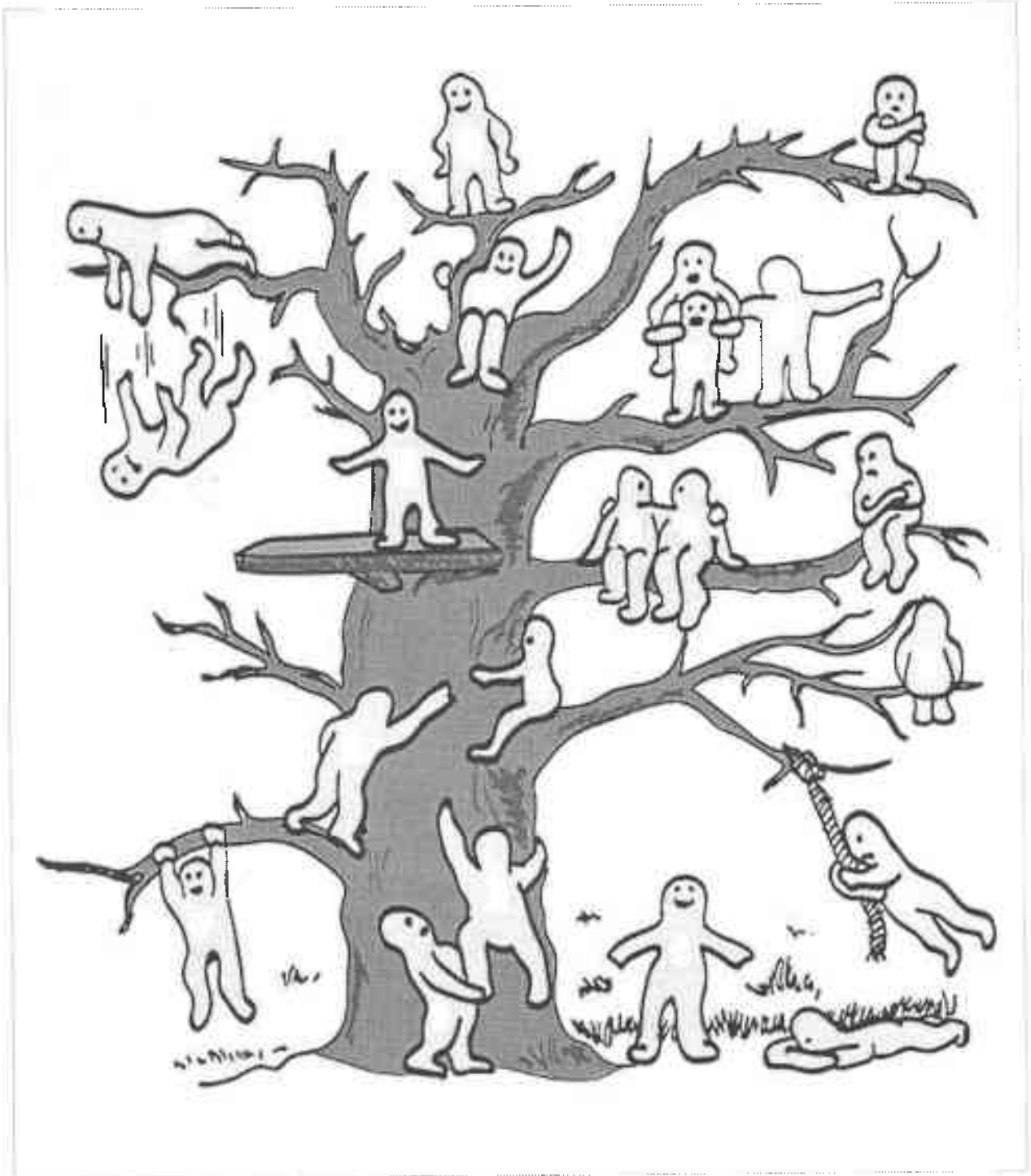
№ позиции фигурки	Характеристика
1, 3, 6, 7	Наличие установки на преодоление препятствий

2, 11, 12, 18, 19	Общительность, наличие стремления оказать дружескую поддержку
4	Желание добиваться успехов в благоприятных условиях, не преодолевая трудностей. Стремление к устойчивости положения.
5	Застенчивость, неуверенность в себе. Утомляемость, общая слабость, небольшой запас сил.
9	Мотивация на развлечения.
13, 21	Отстраненность, замкнутость, тревожность.
8	Игнорирование учебного процесса (отстраненность), уход в себя.
10, 15	Нормально протекающая адаптация. Комфортное состояние в школе.
14	Переживание кризиса (кризисное состояние, «падение в пропасть»).
20	Установка на лидерство. Может сочетаться с завышенной самооценкой.

Ключ:



Бланк методики «Дерево»



Приложение 5

Диагностика учебной мотивации (М.Р. Гинзбург)

Цель методики: изучение степени сформированности мотивов учения, выявление ведущего мотива.

Процедура диагностики: индивидуальная

Инструкция. Сейчас я буду рассказывать историю и показывать картинки, а ты слушай меня внимательно.

«Мальчики / девочки (слово соответствует полу ребенка) разговаривали о школе.

Первый мальчик сказал: *«Я хожу в школу потому, что меня мама заставляет. А если бы не мама, я бы в школу не ходил»* (рис. 1).

Второй мальчик сказал: *«Я хожу в школу потому, что мне нравится учиться, нравится делать уроки. Даже если бы школы не было, я бы все равно учился»* (рис. 2).

Третий мальчик сказал: *«Я хожу в школу потому, что там весело и много ребят, с которыми можно играть»* (рис. 3).

Четвертый мальчик сказал: *«Я хожу в школу потому, что хочу быть большим. Когда я в школе, я чувствую себя взрослым, а до школы я был маленьким»* (рис. 4).

Пятый мальчик сказал: *«Я хожу в школу потому, что надо учиться. Без учения никакого дела не сделаешь, а выучишься - можешь стать кем захочешь»* (рис. 5).

Шестой мальчик сказал: *«Я хожу в школу потому, что получаю там десятки»* (рис. 6).»

1. *Кто из них, по-твоему, прав? Почему?(Выбор 1)*
2. *С кем из них ты хотел бы вместе играть? Почему?(Выбор 2)*
3. *С кем из них ты хотел бы вместе учиться? Почему?(Выбор 3)*

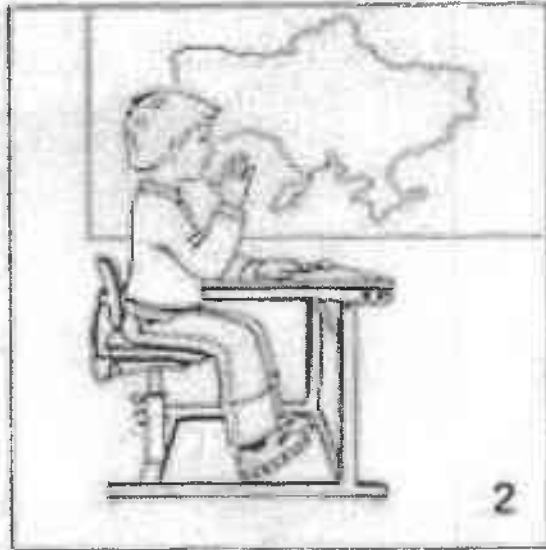
Дети последовательно осуществляют три выбора. Если содержание недостаточно прослеживается в ответе ребёнка, необходимо задать контрольный вопрос: «А что этот мальчик сказал?», чтобы быть уверенным в том, что ребёнок произвёл свой выбор, исходя именно из содержания рассказа, а не случайно указал на одну из шести картинок.

Обработка результатов. Ответы (выбор определённой картинки) педагог-психолог заносит в таблицу и затем оценивает.

Выборы	Мотив № 1 Внешний	Мотив № 2 Учебный	Мотив № 3 Игровой	Мотив № 4 Позиционный	Мотив № 5 Социальный	Мотив № 6 Отметка
I выбор						
II выбор						
III выбор						
Контрольный выбор						

Комплектность, состав методики: в набор входит 6 картинок, которые предъявляются в соответствии с инструкцией.

Набор картинок:



Интерпретация результатов.

Контрольный выбор добавляет к общей сумме баллов количество баллов соответствующего выбора. Доминирующая мотивация диагностируется по наибольшему количеству выборов.

Из ответов-выборов будущих первоклассников делается вывод о сущности ведущего мотива будущей учебной деятельности. Выбор ребенком одной и той же картинки три раза подряд, а также ответы на вопросы, подтверждающие осознанность его выбора, свидетельствуют о наличии одного ведущего мотива.

Выбор ребенком одной и той же картинки два раза подряд и ответы на вопросы, подтверждающие осознанность его выбора, свидетельствуют о наличии одного ведущего мотива, а также другого мотива, менее значимого.

Если ребенок выбирает три разных картинки и осознанно объясняет свои выборы, то это свидетельствует о разносторонней мотивации, но ведущим следует считать мотив, обозначенный первой выбранной картинкой.

Когда ребенок выбирает 3 разных картинки и не может рационально объяснить свои выборы, это может свидетельствовать о недостаточном развитии мотивационной составляющей при подготовке к школе. Но условно ведущим следует считать мотив, обозначенный первой выбранной картинкой. Для отслеживания дальнейшей результативности процесса формирования учебной мотивации у учащихся целесообразно выявить уровень мотивации в целом, суммируя баллы выбранных картинок и соотнося их с оценочной таблицей.

Внешний мотив – 0 баллов.

Учебный мотив – 5 баллов.

Игровой мотив – 1 балл.

Позиционный мотив – 3 балла.

Социальный мотив – 4 балла.

Отметка – 2 балла.

ОЦЕНОЧНАЯ ТАБЛИЦА УРОВНЕЙ МОТИВАЦИИ

Уровни мотивации	Выбор 1	Выбор 2	Выбор 3	Общая оценка в баллах
I	5	5	5	13–15
II	4	4	4	10–12
III	3	3	3	7–9
IV	2	2	2	4–6
V	0–1	0–1	0–1	0–3

Количественный анализ:

I – очень высокий уровень мотивации, преобладание учебных мотивов, возможно наличие социальных мотивов;

II – высокий уровень учебной мотивации, преобладание социальных мотивов, возможно присутствие учебного и позиционного мотивов;

III – нормальный уровень мотивации, преобладание позиционных мотивов, возможно присутствие социального и оценочного мотивов;

IV – сниженный уровень мотивации, преобладание оценочных мотивов, возможно присутствие позиционного и игрового (внешнего) мотивов;

V – низкий уровень учебной мотивации, преобладание игровых или внешних мотивов, возможно присутствие оценочного мотива.

Качественный анализ:

Внешний мотив – собственного желания ходить в школу ребенок не проявляет, школу он посещает только по принуждению.

Учебный мотив – ребенку нравится учиться, нравится посещать школу.

Игровой мотив – в школе ребенку нравится только играть, гулять, общаться с детьми.

Позиционный мотив – ребенок ходит в школу не для того, чтобы овладевать учебной деятельностью, а для того, чтобы почувствовать себя взрослым, повысить свой статус в глазах детей и взрослых.

Социальный мотив – ребенок ходит в школу не для того, чтобы быть образованным, узнавать что-то новое, а потому, что знает: учиться надо, чтобы в будущем получить профессию, – так говорят родители.

Отметка – ребенок ходит в школу, чтобы зарабатывать оценки, за которые хвалят родители и учитель.

Приложение 6

Проективная методика диагностика школьной тревожности (А. Прихожан)

Цель методики. С помощью данной методики можно выявить общий уровень школьной тревожности учащихся начальной школы.

Возрастные ограничения. Методика предназначена для работы с учащимися начальной школы. Возраст испытуемых – 6–9 лет.

Процедура диагностики. Диагностика может проводиться только в индивидуальной форме, в условиях позитивного контакта с ребенком.

Оборудование. Для проведения диагностики требуются два набора по 12 рисунков размером 18x13 каждый. Набор А предназначен для девочек, набор Б – для мальчиков. Картинки пронумерованы на обратной стороне листа. Кроме того, необходимы средства регистрации ответов ребенка.

Стимульный материал можно скачать
<https://5psy.ru/testi/proektivnaya-metodika-dlya-diagnostiki-shkolnoi-trevojnosti.html>

Инструкция. «Сейчас ты будешь придумывать рассказы по картинкам. Посмотри, все – и взрослые, и дети – нарисованы без лиц (предъявляется картинка 1). Это сделано специально, для того чтобы интереснее было придумывать. Я буду показывать тебе картинки, их всего двенадцать, а ты должен придумать, какое у мальчика (девочки) на каждой картинке настроение и почему у него такое настроение. Ты знаешь, что настроение отражается у нас на лице. Когда у нас хорошее настроение, лицо у нас веселое, радостное, счастливое, а когда плохое — грустное, печальное. Я покажу тебе картинку, а ты мне расскажешь, какое у мальчика (девочки) лицо — веселое, грустное или какое-нибудь еще, и объяснишь, почему у него или нее такое лицо».

Выполнение задания по картинке 1 рассматривается как тренировочное. В ходе первого задания можно повторять инструкцию, добиваясь того, чтобы ребенок ее усвоил.

Затем последовательно предъявляются картинки 2–12. Перед предъявлением каждой картинке повторяются вопросы: «Какое у девочки (мальчика) лицо? Почему у нее (него) такое лицо?» Перед предъявлением картинок 2, 3, 5, 6, 10 ребенку предварительно предлагается выбрать одного персонажа и рассказать о нем. Все ответы детей фиксируются.

Обработка результатов. Оцениваются ответы на вопросы 2–11. Картина 12 выполняет «буферную» функцию и предназначена для того, чтобы ребенок закончил выполнение задания положительным ответом.

Подсчитывается количество «неблагополучных» ответов (максимальное количество – 10).

Интерпретация результатов. Общий уровень тревожности вычисляется по «неблагополучным» ответам ребенка, характеризующим настроение персонажа рисунка как грустное, печальное, сердитое, скучное, испуганное. Тревожным можно считать ребенка, давшего 7 и более подобных ответов из 10.

Качественный анализ основан на сопоставлении ответа и сюжете картинке, а также на анализе выбора главного героя на картинке.

Приложение 7

Карта адаптации первоклассников
(М. Битянова)

Цель методики. Карта предназначена для фиксации наблюдений и оценок учителя по отношению к отдельным детям. На основе представленных параметров можно оценить все виды адаптации.

Инструкция. Оцените степень выраженности каждого из представленных параметров у наблюдаемого ученика.

Бланк методики:

Карта адаптации первоклассников

Ф.И. ребёнка _____

Класс: 1 « ___ » Возраст: _____

Симптомы нормальной адаптации.	Степень выраженности.			
	сильно	средне	слабо	нет
Физиологическая адаптация				
1. Трудоспособность.				
2. Уравновешенность.				
3. Жизнерадостность, оптимистичность.				
4. Внимательность, сосредоточенность.				
5. Хороший аппетит.				
6. Нормальный сон.				
Социально-психологическая адаптация				
<i>к учебной деятельности</i>				
1. В школу ходит с желанием.				
2. Активный, продолжительная заинтересованность.				
3. Адекватная реакция на замечания.				
4. Старательный, усердный.				
5. Активный на уроке.				
6. Самостоятельно выполняет задания.				
7. Быстро включается в учебный процесс.				

8. Равномерная успешность в учении.				
9. Прогресс успешности в учении.				
10. Аккуратный.				
<i>к общению с ровесниками, учителями.</i>				
1. Дружелюбный, отзывчивый.				
2. Вступает в контакт с детьми.				
3. Пользуется симпатией детей.				
4. Активный, эмоциональный в игре.				
5. В совместной учебной деятельности стремится к руководству детьми.				
6. Стремится к общению с учителем.				
7. Вежливый.				
Физиологическая дезадаптация				
1. Утомляемость.				
2. Тревожность, неуверенность, заторможенность.				
3. Импульсивность, расторможенность в поведении.				
4. Плаксивость, раздражительность, обидчивость.				
5. Неуважительность, неумение сосредоточиться на чём-либо одном.				
6. Жалобы на головную боль.				
7. Жалобы на тошноту, боль в животе.				

8. Отсутствие аппетита.				
9. Плохой сон.				
10. Заикается, запинается.				
11. Грызёт ногти, очень взволнованный.				
12. Засыпает на уроке.				
Социально-психологическая дезадаптация				
<i>к учебной деятельности</i>				
1. Отказывается ходить в школу.				
2. Пассивный, быстро теряет интерес к заданию.				
3. Отказывается выполнять задания.				
4. Нестарательный, равнодушный к неудачам.				
5. Негативно относится к замечаниям, плачет.				
6. «Присутствует» на уроке, молчит.				
7. Нуждается в помощи и контроле.				
8. Медленно включается в учебный процесс.				
9. Наблюдается падение успеваемости.				
10. Неаккуратный, несобранный.				
<i>к общению с ровесниками, учителями</i>				
1. Агрессивный к детям.				
2. Ссорится, обзывает детей.				
3. Кусается, царапается.				
4. Отказывается от общения с детьми.				
5. Не принимает участие в игре, стремится к одиночеству.				

6. Требуется особого внимания к себе.				
7. Избегает общения с учителем.				
8. Кривляется, стремится обратить на себя внимание.				
9. Ни с кем не здоровается.				
10. Создает конфликтные ситуации.				

Обработка результатов. По каждому компоненту адаптации и дезадаптации подсчитывается число признаков и в процентном отношении делается вывод о преобладающем процессе. В случае дезадаптации, выделяются наиболее выраженные трудности.

Приложение 8

Изучение особенностей адаптации первоклассников в школе (Л. Ковалева)

Цель методики. Опросник для учителя, педагога-психолога помогает определить, какой фактор (или группа факторов) лежит в основе дезадаптации ребенка.

Процедура диагностики. Эксперту предлагается бланк с номерами утверждений (без других дополнительных обозначений), по которым нужно оценить поведение конкретного ребенка. Эксперт на бланке ответов вычеркивает номера, в которых описаны фрагменты поведения, характерные для конкретного ребенка.

Утверждения:

1. Родители совершенно устранились от воспитания, почти не бывают в школе.
2. При поступлении в школу ребенок не владел элементарными учебными навыками (не умел считать, не знал буквы и т. п.).
3. Не знает много из того, что известно большинству детей его возраста (например, дни недели, времена года, сказки и т. п.).
4. Плохо развиты мелкие мышцы рук (трудности с письмом, неравномерные буквы, тремор и т. п.).
5. Пишет правой рукой, но со слов родителей является переученным левшой.
6. Пишет левой рукой.
7. Бесцельно двигает руками.
8. Часто моргает.
9. Сосет палец или ручку.
10. Иногда заикается.
11. Грызет ногти.
12. У ребенка хрупкое телосложение, маленький рост.
13. Ребенок явно домашний, нуждается в доброжелательной атмосфере, любит, когда его гладят, обнимают.
14. Очень любит играть, играет даже на уроках.
15. Такое впечатление, что он младше других детей, хотя по возрасту им ровесник.
16. Речь инфантильная, напоминает речь 4-5-летнего ребенка.
17. Чрезмерно беспокоен на уроках.
18. Быстро примиряется с неудачами.
19. Любит шумные, подвижные игры на переменах.
20. Не может долго сосредоточиться на одном задании, всегда старается сделать побыстрее, не заботясь о качестве.

21. После интересной игры, физкультурной паузы, его невозможно настроить на серьезную работу.
22. Долго переживает неудачи.
23. При неожиданном вопросе учителя теряется. Если дать время на обдумывание может ответить хорошо.
24. Очень долго выполняет любое задание.
25. Домашние задания выполняет гораздо лучше классных (разница очень существенная, больше, чем у других детей).
26. Очень долго перестраивается с одной деятельности на другую.
27. Часто не может повторить за учителем самый простой материал, при этом демонстрирует отличную память, когда речь идет об интересующих его вещах (например, знает марки машин, но не может повторить самое простое правило).
28. Требуется постоянного внимания со стороны учителя. Почти всё делает только после персонального обращения: «Пиши!».
29. Допускает много ошибок при списывании.
30. Чтобы отвлечь его от задания, достаточно малейшей причины: скрипнула дверь, что-то упало и т. п.
31. Приносит в школу игрушки и играет на уроках.
32. Никогда ничего не делает сверх положенного минимума, не стремится что – то узнать или рассказать.
33. Родители жалуются, что с трудом усаживают его за уроки.
34. Такое впечатление, что на уроках ему плохо, оживает только на переменах.
35. Не любит никаких усилий, если что не получается, бросает, ищет каких-то оправданий: рука болит, устал и т. п.
36. Не совсем здоровый вид (больной худенький)
37. К концу урока работает хуже, часто отвлекается, сидит с отсутствующим видом.
38. Если что не получается, раздражается, плачет.
39. Плохо работает в условиях ограниченного времени. Если торопить, может совсем отключиться, бросить работу.
40. Часто жалуется на усталость, головную боль.
41. Почти никогда не отвечает правильно, если вопрос поставлен не стандартно, требует сообразительности.
42. Ответы становятся лучше, если есть опора на какие-то внешние объекты (считает пальцы, палочки и т. п.).
43. После объяснения учителя не может выполнить аналогичное задание.
44. Затрудняется применять ранее усвоенные понятия, навыки при объяснении учителем нового материала.

45. Часто отвечает не по существу, не может выделить главное.

46. Такое впечатление, что ему трудно понять объяснение, так как основные навыки и понятия у него не сформированы.

Обработка результатов.

Номера вопросов							Категории обследования	Расшифровка
1 балл			2 балла					
		1					РО	родительское отношение
		2	3	4			НГШ	неготовность к школе
	5	6					Л	леворукость
7	8	9	10	11			НС	невротические симптомы
12	13	14	15	16			И	инфантилизм
17	18	19	20	21			ГС	гиперкинетический синдром, чрезмерная расторможенность
	22	23	24	25	26		ИНС	инертность нервной системы
		27	28	29	30		НП	недостаточная произвольность
31	32	33	34	35			НМ	низкая мотивация учебной деятельности
		36	37	38	39	40	АС	астенический синдром
	41	42	43	44	45	46	НИД	нарушения интеллектуальной деятельности

Бланк разделен вертикальной линией. Если номер вычеркнутого фрагмента находится слева от линии, при обработке засчитывается 1 балл, если справа – 2 балла. Максимально возможная сумма баллов – 70. Подсчитав, какую сумму баллов набрал ребенок, можно определить его коэффициент адаптации по формуле: $(n * 100) / 70 = ? \%$

Интерпретация результатов. Полученный коэффициент соотносится с нормативной таблицей уровней адаптации:

до 14% – нормальная адаптация;

от 15 % до 30 % – средняя степень дезадаптации;

от 30 % до 40% – серьезная степень дезадаптации;

более 40 % – необходимо рекомендовать законным представителям обратиться за консультацией к неврологу для дальнейшего обследования и исключения неврологических проявлений.

Так как в бланке ответов все имеющиеся факторы поведения определенным образом сгруппированы, то можно определить, какой фактор (или группа факторов) лежит в основе дезадаптации.

Приложение 9

Примерные рекомендации педагога-психолога по успешной адаптации обучающихся первых классов для педагогов

1. Относитесь к детям доброжелательно и дружелюбно, старайтесь организовывать для первоклассников ситуации успеха.
2. Осуществляйте развивающую работу на основе индивидуального подхода, учитывающего «зону ближайшего развития» ученика.
3. Способствуйте развитию каждого ребенка как личности, умеющей сознательно управлять своим поведением.
4. При планировании уроков старайтесь определять не только учебную, но и психологическую задачу (развитие произвольности памяти, внимания, логического мышления и т. д.), что поможет более точно использовать приемы отслеживания положительных результатов детей.
5. Проводите занятия в игровой форме, вызывающей у учащихся живой интерес.
6. Больше внимание на занятиях уделяйте развитию у детей способности к самостоятельной оценке своей работы.
7. Стремитесь ставить перед ребенком конкретные цели, направленные на овладение отдельными элементами поведения, которые легко можно контролировать.
8. Конкретную цель нужно ставить непосредственно перед тем, как она должна быть выполнена и на очень короткий срок (на данную перемену, на первые 10 минут урока).
9. По мере овладения детьми новой формой поведения намеченное время постепенно увеличить.
10. Обязательно используйте каждодневный контроль за выполнением намеченных целей.
11. Знание психологических особенностей детей 6-го года жизни (включая изменения, происходящие в период кризиса 7 лет) - залог наиболее эффективного взаимодействия с учащимися
12. Используйте активные формы работы для формирования коллектива и создания благоприятного социально - психологического климата

И помните: отношение учителя к ребенку – индикатор отношений к нему и его одноклассников.

Рекомендации для родителей «Как помочь ребенку на этапе адаптации»

Можно познакомить родителей с рекомендациями специалистов Филадельфийского детского центра по обеспечению – гармонии между домашней и школьной жизнью ребенка:

- Воодушевите ребенка рассказывать дома о своих школьных делах. Не ограничивайте свой интерес обычным вопросом типа: — Как прошел твой день в школе?! Каждую неделю выбирайте время, свободное от домашних дел, и внимательно беседуйте с ребенком о школе. Запоминайте отдельные имена, события и детали, о которых ребенок сообщает вам, используйте их в дальнейшем для того, чтобы начинать подобные беседы о школе. Кроме того, обязательно спрашивайте вашего ребенка о его одноклассниках, делах в классе, школьных предметах, педагогах.

- Регулярно беседуйте с учителями вашего ребенка о его успеваемости, поведении и взаимоотношениях с другими детьми. Без колебаний побеседуйте с учителем, если вы чувствуете, что не знаете о школьной жизни вашего ребенка или о его проблемах, связанных со школой, или о взаимосвязи его школьных и домашних проблем. Даже если нет особенных поводов для беспокойства, консультируйтесь с учителем вашего ребенка не реже, чем раз в два месяца.

- Во время любой беседы с учителем выразите свое стремление сделать все возможное для того, чтобы улучшить школьную жизнь ребенка. Если между вами и учителем возникают серьезные разногласия, прилагайте все усилия, чтобы мирно разрешить их, даже если придется беседовать для этого с директором школы. Иначе вы можете случайно можете поставить ребенка в неловкое положение выбора между преданностью вам и уважением к своему учителю.

- Знайте школьную программу ребенка и особенности школы, где он учится. Вам необходимо знать, какова школьная жизнь вашего ребенка, и быть уверенным, что он получает хорошее образование в хороших условиях. Посещайте все мероприятия и встречи, организуемые родительским комитетом школы. Используйте любые возможности, чтобы узнать, как ваш ребенок учится, и как его учат. Следует также иметь информацию о квалификации учителя, дисциплинарных правилах, установленных в школе и классе, различных возможностях обучения, предоставляемых школой вашему ребенку.

- Помогайте ребенку выполнять домашние задания, но не делайте их сами. Установите вместе с ребенком специальное время, когда нужно

выполнять домашние задания, полученные в школе, и следите за выполнением этих установок. Это поможет сформировать хорошие привычки к обучению. Проявите свой интерес к этим заданиям и убедитесь, что у ребенка есть все необходимое для их выполнения наилучшим образом. Однако если ребенок обращается к вам с вопросами, связанными с домашними заданиями, помогите ему найти ответы самостоятельно, а не подсказывайте их.

- Не связывайте оценки за успеваемость ребенка со своей системой наказаний и поощрений. Ребенок должен расценивать свою хорошую успеваемость как награду, а неуспеваемость - как наказание. Если у ребенка учеба идет хорошо, проявляйте чаще свою радость, можно даже устраивать небольшие праздники по этому поводу. Но выражайте свою озабоченность, если у ребенка не все хорошо в школе, и, если необходимо, настаивайте на более внимательном выполнении им домашних и классных заданий. Постарайтесь, насколько возможно, не устанавливать наказаний и поощрений, например, на полчаса больше можно посмотреть телевизор за хорошие отметки, а на полчаса меньше - за плохие. Такие правила, сами по себе могут привести к эмоциональным проблемам.

- Помогите ребенку почувствовать интерес к тому, что преподают в школе. Выясните, что вообще интересует вашего ребенка, а затем установите связь между его интересами и предметами, изучаемыми в школе. Например, любовь ребенка к фильмам можно превратить в стремление читать книги, подарив книгу, по которой поставлен понравившийся фильм. Или любовь ребенка к играм можно превратить в стремление узнавать что-нибудь новое.

- Ищите любые возможности, чтобы ребенок мог применить свои знания, полученные в школе, в домашней деятельности. Например, поручите ему рассчитать необходимо количество продуктов для приготовления пищи или необходимое количество краски, чтобы покрасить определенную поверхность.

- Особенные усилия прилагайте для того, чтобы поддерживать спокойную и стабильную атмосферу в доме, когда в школьной жизни ребенка происходят изменения.

- Такие события, как первые несколько месяцев в школе, начало и окончание каждого учебного года, переход из начальной школы в среднюю и старшую, могут привести к стрессу ребенка школьного возраста. При любой возможности пытайтесь избежать больших изменений или нарушений в домашней атмосфере в течение этих событий. Спокойствие домашней жизни вашего ребенка поможет ему более эффективно решать проблемы в школе.

Приложение 11

Пример памятки родителям первоклассников

1. Поддержите в ребенке его стремление стать школьником. Ваша искренняя заинтересованность в его школьных делах и заботах, серьезное отношение к его первым достижениям и возможным трудностям помогут первокласснику подтвердить значимость его нового положения и деятельности.

2. Обсудите с ребенком те правила и нормы, с которыми он встретился в школе. Объясните их необходимость и целесообразность.

3. Ваш ребенок пришел в школу, чтобы учиться. Когда человек учится, у него может что-то не сразу получаться, это естественно. Ребенок имеет право на ошибку.

4. Составьте вместе с первоклассником распорядок дня, следите за его соблюдением.

5. Не пропускайте трудности, возможные у ребенка на начальном этапе овладения учебными навыками. Если у первоклассника, например, есть логопедические проблемы, постарайтесь справиться с ними на первом году обучения.

6. Поддержите первоклассника в его желании добиться успеха. В каждой работе обязательно найдите, за что можно было бы его похвалить. Помните, что похвала и эмоциональная поддержка ("Молодец!", "Ты так хорошо справился!") способны заметно повысить интеллектуальные достижения человека.

7. Если вас что-то беспокоит в поведении ребенка, его учебных делах, не стесняйтесь обращаться за советом и консультацией к учителю или школьному психологу.

8. С поступлением в школу в жизни вашего ребенка появился человек более авторитетный, чем вы. Это учитель. Уважайте мнение первоклассника о своем педагоге.

9. Учение – это нелегкий и ответственный труд. Поступление в школу существенно меняет жизнь ребенка, но не должно лишать ее многообразия, радости, игры. У первоклассника должно оставаться достаточно времени для игровых занятий.

**Примерные темы адаптационных занятий с
первоклассниками**

1. Знакомство с учителем и правила взаимодействия с ним.
2. Школьник и дошкольник. Осознание позиции школьника.
3. Оценка в школе.
4. Мотивация (желание идти в школу).
5. Учимся работать дружно. Навыки учебного сотрудничества.
6. Развитие уверенности в себе и своих учебных возможностях
7. Правила школьной жизни (развитие ключевых компетенций первоклассника).
8. Эмоции. Обучение первоклассника умению распознавать и описывать свои эмоции и чувства.