

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Тольяттинский государственный университет»

Гуманитарно-педагогический институт

(наименование института полностью)

Кафедра «Педагогика и методики преподавания»

(наименование)

44.03.02 Психолого-педагогическое образование

(код и наименование направления подготовки, специальности)

Психология и педагогика начального образования

(направленность (профиль))

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА (БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА)

на тему Условия организации социально – психологической адаптации к обучению в начальной школе

Обучающийся

Е.О. Мельник

(Инициалы Фамилия)

(личная подпись)

Руководитель

к.п.н., доцент, И.В. Груздова

(ученая степень (при наличии), ученое звание (при наличии), Инициалы Фамилия)

Аннотация

Бакалаврская работа на тему: «Условия организации социально–психологической адаптации к обучению в начальной школе».

Автор: Мельник Елена Олеговна, студентка 5 курса ГумПИ, кафедры «Педагогика и методики преподавания».

В работе – 71 страница, содержащая 7 таблиц, 14 рисунков, 32 библиографических источника, 5 приложений.

Ключевые слова: социально–психологическая адаптация, дезадаптация, мотивационная готовность, психологическая готовность, взаимодействие.

Объект исследования – процесс обучения младшего школьника в школе.

Предмет исследования – условия социально-психологической адаптации младшего школьника к обучению в школе.

Бакалаврская работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемой литературы, приложений.

Во введении определена актуальность исследования, сформулированы цель, задачи, научный аппарат.

Первая глава посвящена изучению проблемы социально–психологической адаптации к обучению в начальной школе в психолого–педагогической литературе.

Во второй главе приводятся результаты опытно–экспериментальной работы по социально–психологической адаптации к обучению в начальной школе.

В заключении представлены выводы о проделанной работе: изучение теоретической литературы, проведение опытно-экспериментального исследования.

Приложения содержат положения Программы коррекции социально–психологической адаптации к обучению в школе.

Оглавление

Введение	4
Глава 1 Теоретические основы социально–психологической адаптации к обучению в школе	7
1.1 Психолого–педагогические проблемы социально–психологической адаптации к обучению в начальной школе	7
1.2 Социально–психологические условия организации адаптации к обучению в начальной школе	19
Глава 2 Опытно – экспериментальная работа по социально – психологической адаптации к обучению в начальной школе	26
2.1 Диагностика социально – психологической адаптации младших школьников.....	26
2.2 Формирующий этап педагогического эксперимента: разработка и реализация программы социально–психологической адаптации.....	40
2.3 Проверка динамики социально – психологической адаптации детей младшего школьного возраста к обучению в школе на контрольном этапе эксперимента.....	49
Заключение.....	55
Список используемой литературы	59
Приложение А. Сводные данные исследования.....	63
Приложение Б. Показатели благоприятной адаптации.....	66
Приложение В. Мероприятия с родителями	67
Приложение Г. Мероприятия с педагогами.....	68
Приложение Д. Мероприятия для первоклассников.....	70

Введение

Актуальность темы обусловлена тем, что воспитание и образование подрастающего поколения является одной из ключевых задач в современном обществе. Между тем, в школьном образовании сегодня наблюдается немало проблем, решение которых во многом видится в реализации нового ФГОС начального образования. Современная концепция развития образования подчеркивает, что адекватное применение современных образовательных технологий – прямой путь к решению большинства проблем, в т.ч. адаптации первоклассника при поступлении в школу, переходу от дошкольного обучения к младшему школьному периоду [22].

Возникающие проблемы, связанные с социально-психологической адаптацией – это комплексные проблемы, которые должны решаться путём взаимодействия учреждения образования и семьи ребёнка. От того, насколько успешно пройдёт адаптация в первые годы обучения, будет во многом зависеть успех всего дальнейшего образовательного процесса. Дезадаптированные первоклассники часто проявляют болезненное отношение к окружающим, к критике в свой адрес. Это способствует тому, что в ребёнке нарастает внутренний конфликт, что мгновенно оказывает негативное воздействие на мотивацию познавательной деятельности и активности.

Школьный стресс для первоклассников является предметом для исследования во многих работах. Так, по проблеме психологической подготовки детей к обучению в школе особый интерес представляют работы М.Р. Битяновой, Л.А. Венгер, Л.С. Выготского, А.И. Коротаевой, В.А. Кручинина, М.И. Матюшичевой и других. Вопросами, связанными с проблемой адаптации к школьному обучению, занимались Э.М. Александровская, Н.Ф. Виноградова, Г.Н. Жулина, Е.Г. Изотова, О.Ю. Камакина, А.А. Лысенко, Н.В. Савик, Р.М. Эхаева. Кроме того, непосредственно технологии социально–психологической адаптации

первоклассников к обучению в школе рассматривали Д.Ю. Булаев, Е.М. Костерина, Т.В. Красникова, Е.В. Леонова, Д.С. Лыгденова, Т.С. Семенова, Н.А. Степанова, О.В. Хухлаева, Г.Р. Чукмаева.

В виду вышеизложенного становится ясно, что тема проблемы социально-психологической адаптации к обучению в начальной школе является в современной педагогике довольно острой. Тем самым подтверждается актуальность выбранной темы.

Цель исследования – выявить и доказать наиболее эффективные социально-психологические условия адаптации младшего школьника к обучению в школе.

Объект исследования – процесс обучения младшего школьника в школе.

Предмет исследования – условия социально-психологической адаптации младшего школьника к обучению в школе.

Гипотеза исследования заключается в предположении о том, что процесс социально-психологической адаптации младшего школьника будет происходить наиболее эффективно, если соблюдать следующие условия:

- сформированы благоприятные социально–психологические возможности (учебная среда и окружение) для формирования адекватной, здоровой самооценки младшего школьника;

- налажен эффективный механизм взаимодействия с семьей младшего школьника на основе комплексности, регулярности встреч с родителями;

- организована своевременная консультационная работа с педагогическим составом по оказанию всесторонней помощи первоклассникам и их семье по вопросам социально – психологической адаптации к обучению в начальной школе и процессу обучения в целом.

Задачи исследования:

1. Провести анализ психолого – педагогической литературы по теме социально–психологической адаптации младшего школьника к обучению в школе.

2. Выявить уровень социально-психологической адаптации младших школьников к обучению в школе.

3. Разработать и реализовать содержание условий социально-психологической адаптации младших школьников.

4. Проанализировать и обобщить полученные результаты, доказать эффективность разработанных условий по социально-психологической адаптации младшего школьника к обучению в школе.

Методы исследования:

1. Теоретические: анализ психолого-педагогической литературы.

2. Эмпирические: наблюдение, сравнение, педагогический эксперимент (констатирующий, формирующий, контрольный этап).

Новизна исследования: структурированы и обобщены педагогические условия формирования благоприятного уровня социально-психологической адаптации первоклассников к обучению в школе.

Практическая значимость исследования заключается в том, подобранный комплекс педагогических условий, направленный на положительное прохождение социально-психологической адаптации младших школьников к обучению в школе, может быть использован педагогами начальной школы в образовательно-воспитательном процессе любого образовательного учреждения.

Экспериментальная база исследования: ГБОУ средняя общеобразовательная школа №187 Красногвардейского района г. Санкт – Петербурга. Выборка включала участие обучающихся контрольной группы в количестве 26 человек (7-8 лет) и экспериментальной группы, в количестве 26 человек, 26 родителей обучающихся экспериментальной группы, классного руководителя.

Структура работы включает введение, основную часть из двух глав, заключение, список использованной литературы и приложения.

Глава 1 Теоретические основы социально–психологической адаптации к обучению в школе

1.1 Психолого–педагогические проблемы социально–психологической адаптации к обучению в начальной школе

Проблема социально–психологической адаптации к обучению в начальной школе является не новой. Данную проблему рассматривали многие отечественные и зарубежные ученые, однако ввиду специфики российской системы образования рассмотрим отечественный подход. Общие социально–психологические критерии адаптации к школе рассматривали такие авторы как Э.М. Александровская [1], Л.А. Венгер [4]. В работах авторов подчеркивается, что невозможно выделить абсолютно все критерии, по которым можно судить об успешности или неуспешности адаптации ввиду многогранности этого понятия.

В работах Л.С. Выготского (в частности, «Собрание сочинений. Детская психология» [6]) указывается, что процесс адаптации ребенка к обучению в школе должен осуществляться задолго до его поступления в школу.

Исследования Е.Г. Изотовой [9] опираются на базу конфликтологии, где автор утверждает, что есть тесная связь между тем, насколько успешно проходит адаптация к обучению в школе и тем, насколько конфликтен младший школьник. В свою очередь, автор приходит к выводу о том, что конфликтность провоцирует в дальнейшем отсутствие успехов в самом обучении [9].

Ряд исследований посвящен особенностям социально–психологической адаптации к обучению в школе детей с отклонениями в здоровье (например, Е.В. Леонова [17], Н.А. Степанова [26]).

Сегодня у термина «адаптация» есть огромное множество значений. Понятие адаптации используется не только в педагогической науке, но и в

ряде иных наук, в совершенно разных областях. Это понятие, которое имеет очень широкий смысл. В него включаются элементы от биохимического до социального.

Рассматривая общее определение адаптации, мы будем подразумевать что, прежде всего, адаптация – это процесс, который способствует тому, что организм приспосабливается к той или иной среде обитания. Также адаптацию в общем смысле можно определить как равновесие или достижение относительной гармонии, которая устанавливается между организмом человека и средой. Кроме того, можно рассматривать адаптацию в общем как систему, которая призвана стремиться к достижению цели любого характера и являющейся важной для неё [21, С. 150].

Первоначально термин «адаптация» был включен в биологическую науку, и в XIX в. рассматривался в курсе физиологии. В середине XIX века термин «адаптация» был предложен в качестве описание чувствительности зрительных анализаторов к воздействию внешних раздражителей. Адаптация происходит от латинских слов «приглашение», «пригодный», «приспособление», и под ней в общем смысле понимается процесс взаимодействия живых организмов и окружающей среды, который приводит к приемлемой их аккомодации (приспособлению) деятельности в жизни.

Д.С. Лыгденова представляет адаптацию как «процесс вхождения личности в некие новые условия и освоение ею норм, правил и ценностей, новых социальных ролей и принятия их» [18, С. 60].

Если рассматривать адаптацию с позиций социальных наук, к которым относится и педагогика, то под адаптацией следует понимать процесс приспособления одного живого существа к другому. В психологии процесс адаптации как термин стал рассматриваться учёными в XX в. Так, интересно мнение Б.Г. Рубина и Ю.С. Колесникова, которые понимают под адаптацией «процесс активного овладения социальными ролями» [8, С. 142]. Некоторые определения адаптации с позиций разных подходов представим ниже.

По мнению Е.М. Костериной, «адаптация – это результат взаимодействия живых организмов и окружающей среды, который приводит к оптимальному их приспособлению к жизни и деятельности» [14, С. 247].

Согласно мнению М.И. Матюшичевой, «адаптация – не только приспособление к успешному функционированию в определенной среде, но и способность к дальнейшему личностному, психологическому и социальному развитию» [21, С. 450].

Как считает О.В. Хухляева, «адаптация – процесс приближения психической деятельности личности к социальным и социально-психическим требованиям среды, условиям и содержанию деятельности человека» [28, С. 92].

По мнению В.А. Кручинина, «адаптация – это процесс гармонизации внутренних и внешних условий жизни и деятельности личности и среды» [16, С. 3].

Рассмотрение именно социально-психологической адаптации приводит нас к тому, что под адаптацией целесообразно понимать некий процесс, при котором организм человека приспособливается к новой для него среде. Социально-психологическая адаптация является в то же самое время необходимым условием для успешной социализации личности человека.

По мнению Э.М. Александровской, «в социально–психологической адаптации важным фактором является соотношение аккомодации и ассимиляции» [1, С. 10]. Эти понятия в процессе адаптации стал впервые рассматривать Ж. Пиаже. В то время как аккомодация обеспечивает модификацию функционирования организма к условиям внешней среды, то ассимиляция служит изменению тех или иных компонентов этой среды. Как считает Н.В. Савик, «такое понимание двух факторов адаптации очень важно для разработки направлений внешнего воздействия на процесс адаптации в педагогике» [24, С. 89]. Таким образом, эти понятия должны рассматриваться в социально-психологической адаптации первоклассников как ключевые.

Школьная адаптация является одним из самых серьёзных вопросов современной педагогики. Изменяя саму суть деятельности, осуществляя переход от игровой к учебной деятельности, ребёнок испытывает определённый стресс. В то же время не только ребёнок адаптируется к условиям школы, но и школа адаптируется к потребностям детей. Л.А. Венгер отмечает, что «невозможно, чтобы адаптация ребёнка к школе проходила вообще без каких-либо внутренних потерь: ухудшения самочувствия (хотя бы самый краткий период), повышенной впечатлительности, переживаниями» [4, С. 16]. Серьёзную обеспокоенность должны вызывать снижение самооценки и настроения первоклассника. Правильная организация процесса адаптации помогает ребенку развиваться далее в позитивном ключе, развивая трудолюбие, приобщаясь к общественной жизни. Хорошо организованная адаптация способствует созданию условий для адекватного усвоения знаний.

Прежде чем рассмотреть особенности социально-психологической адаптации к обучению в первом классе, требуется рассмотреть некоторые особенности младшего школьного возраста.

Многие физиологи отмечают, что к семи годам кора больших полушарий ребёнка является уже достаточно зрелой. Как справедливо отмечает М.Р. Битянова, «это обуславливает, в свою очередь, изменение регулирующей функции коры и проявления совершенно разных эмоций» [2, С. 112]. В то же время сегодняшний первоклассник – это вчерашний старший дошкольник, а, соответственно, ему свойственно поведение, связанное с легкой возбудимостью, эмоциональностью, неспособностью к длительному сосредоточению.

У разных детей в это время наблюдается разный уровень психофизиологического развития. По-прежнему идёт опережение у девочек, приблизительно на 1–1,5 года. По мнению Г.Р. Чукмаевой, «переход от дошкольного детства к младшему школьному возрасту характеризуется значительными изменениями» [29, С. 108].

Ведущей деятельностью в младшем школьном возрасте является учебная деятельность, но остается важной игровая деятельность, элементы которой необходимо включать в ход урока. В исследовании М.И. Матюшичевой отмечается, что «развитие мышления в 7–8 лет приводит к развитию интеллекта, что способствует формированию произвольности мышления, т.е. становятся регулируемы» [20, С. 78].

Тем не менее, в 7-8 лет ребёнок ещё продолжает мыслить конкретными категориями. Способности к обобщению минимальны, так же, как и способность к абстрагированию. Тем не менее, если учащиеся в первом классе выделяют, прежде всего, внешние признаки предмета или явления (то есть для чего нужен предмет или что он делает), то уже к концу начальной школы школьники могут опираться на свои знания, которые получили в процессе обучения. Активно формируется логическое мышление.

Из психологических особенностей младшего школьного возраста особенно можно выделить следующие: доверчивое подчинение авторитету, повышенная впечатлительность и восприимчивость, наивно–игровое отношение ко многим явлениям и вещам, которые с ними происходят в начале обучения в школе. Согласно Т.В. Красниковой, «младшие школьники выполняют требования учителя, как правило, беспрекословно, ещё нет тех пререканий и споров, в которые так любят вступать подростки» [15, С. 127].

Для младших школьников характерен повышенный уровень доверия. Они воспринимают оценки как метод оценивания самого себя. Младшие школьники часто стремятся подражать своему первому учителю, интонационно или в рассуждениях. Когда первоклассникам выдается задание, то они обычно выполняют его потому, что так положено, не задумываясь над тем, зачем оно нужно, для каких целей предназначено. Справедливо отмечает Г.Н. Жулина: «...в этом возрасте сильной остаётся направленность ребёнка на внешний мир: все события, которые происходят вокруг него, оставляют на ребенке неизгладимое впечатление» [7, С. 209]. Любопытство и активный интерес – это те факторы наглядности, которые

педагог может использовать для формирования познавательной активности ребёнка. Особенно ярко такая активность продолжает проявляться на переменах; активные движения на переменах продолжают оставаться важной составляющей в физическом развитии детей. Такие выплески эмоций являются отличным средством для их выхода, создания разрядки ощущения напряжения.

Начинает формироваться новый уровень самооценки, возникает критическое мышление к самому себе. В начальной школе самооценка несколько снижается, и это нормальный этап развития человека. Оценки для младшего школьника – это внешняя оценка его собственных знаний, умений и навыков со стороны окружающих людей. По мнению Р.М. Эхаевой, «в младшем школьном возрасте формируется самосознание себя как личности в новой роли школьника, формируется внутренняя позиция школьника» [32, С. 150].

У первоклассников преобладает первая сигнальная система, поэтому наглядно–образная память и наглядное мышление развито более всего. Младший школьник способен запомнить механически последовательность, набор слов или цифр, без их осмысления, даже если у них нет никакой смысловой связи. Между тем, О.Ю. Камакина утверждает, что «напротив, у младших школьников обычно есть проблемы с воспроизведением текста своими словами. В современной практике педагоги всё больше обращают внимание на недостаточную развитость монологической речи» [12, С. 91].

Школа с первых дней ставит для ребёнка новые цели и задачи, которые не связаны с тем опытом, который он получал ранее в дошкольном учреждении. Обучение в школе требует мобилизации и активизации физических и интеллектуальных сил ребёнка: новый коллектив, личность педагога, изменение режима трудового дня и отдыха, непривычно длительное ограничение физической активности. Как считает Е.Г. Изотова, «это может способствовать тому, что у ребёнка при неблагоприятном стечении других обстоятельств может возникнуть дезадаптация» [9, С. 127].

В статье В.А. Шумакова (с соавт.) [31] прослеживается значимость раскрытия феномена социально-психологической адаптации младших школьников к обучению в школе. Жизненный период человека, согласно В.А. Шумакову, в данном возрасте претерпевает изменения, появляется больше ответственности и необходимости соблюдения дисциплины, а именно – привычный режим и игры сменяются на посещение уроков, появляется учет новых требований, предъявляемых образовательным учреждением, а также подчинение им. Интересно и то, что авторы статьи изучили теоретическую базу адаптации школьников и ее особенности, определив, что психолого-педагогическая поддержка эмоционального комфорта и благополучия является необходимым условием, способствующим успешной социально-психологической адаптации первоклассников к обучению в школе. Методическая основа включает в себя общенаучные и эмпирические подходы.

Было установлено, что при высоком уровне адаптации у первоклассников проявляется эмоционально-благополучное отношение к школе, при среднем уровне адаптации – эмоционально-нейтральное отношение к школе, при низком уровне адаптации – эмоционально-отрицательное отношение к школе. Это является начальным этапом последующей работы над разработкой программы психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к обучению в школе. Кроме того, можно предложить рассмотреть взаимосвязь эмоционального благополучия и других составляющих успешной адаптации школьников [31].

Научный интерес представляет статья Л.В. Ширшовой [30], в которой отмечается, что первоклассники еще сохраняют свои детские черты характера, однако, школа формирует в них более логичный взгляд, трансформирует поведение. Этот переходный период особенно важен с точки зрения адаптации первоклассников к обучению в начальной школе. Автор в работе выявляет особенности адаптации первоклассников к

обучению в начальной школе. Представленная научная работа способствует определению особенностей адаптации первоклассников к обучению в начальной школе посредством привлечения взглядов таких деятелей, как Л.С. Выготский, Л.И. Божович, А.Л. Венгер и т.п.

Если адаптация проходит в неблагоприятных условиях, это отражается на психическом состоянии ребёнка. Первоклассник может проявлять агрессию по отношению к окружающим. Другие дети, наоборот, могут полностью уйти в себя, погружаясь в собственный мир.

В психолого–педагогической литературе выделяются различные причины дезадаптации (или проблем в адаптации) первоклассника. Ключевые причины согласно Е.Г. Изотовой, следующие:

- отсутствие индивидуального подхода к ребенку, отсутствие своевременной помощи, проявление неуважения к ребенку;
- неблагоприятная материально-бытовая или эмоциональная ситуация в семье, алкоголизация родителей, заброшенность или гиперопека;
- негативное влияние окружения, легкость добывания денег;
- доступность алкоголя и наркотиков;
- деформация общественных и нравственных идеалов, превосходство обогащения над самореализацией, обстановка вседозволенности;
- тяжелые физические заболевания и нарушения психики, акцентуации и патологии личности, задержка психического развития [8, С. 428].

Согласно мнению Е.В. Леоновой, к школьной дезадаптации могут приводить такие факторы, как социально-психологическая запущенность, недостаточное развитие произвольной сферы, парциальная несформированность отдельных звеньев высших психических функций, атипичное формирование функциональных взаимодействий мозга (леворукость, например), нарушение нейродинамических характеристик деятельности, соматическая ослабленность, эмоционально-личностные проблемы, в т.ч. коммуникативные [17].

Некоторые авторы, например, [7, 13, 25, 28], считают, что главным фактором дезадаптации является не переход от дошкольного к школьному обучению как таковой, а семейное воспитание и его особенности. Так, например, О.В. Хухлаева приводит аргументы в пользу того что «гиперопека, или наоборот, невнимательное отношение родителей к ребенку, могут быть провоцирующими факторами для дезадаптации в школе» [28, С. 93]. А у О.Ю. Камакиной мы видим следующие формы школьной дезадаптации: неприспособленность к предметной стороне учебной деятельности; неспособность произвольно управлять своим поведением; неспособность принять темп школьной жизни; школьный невроз или «фобия школы» - неумение разрешить противоречие между семейным и школьным «мы» [11].

Это, по-иному говоря, и есть проблемы социально-психологической адаптации к обучению в начальной школе.

Опасность появления дезадаптации присутствуют всегда, но особенно если первоклассник учится в состоянии постоянного напряжения и находится на грани своих физиологических и психических способностей. Согласно мнению Р.М. Эхаевой, «есть разные формы проявления дезадаптации как совокупности проблем в социально-психологической адаптации к обучению в начальной школе. Во-первых, это поведенческая дезадаптация, при которой поступки школьника отличаются от нормативных, установленных требований в школе. Во-вторых, это учебная мотивация, при которой ребёнку сложно освоить тот уровень знаний, который предлагается к изучению» [32, С. 152].

Изменение поведения часто непонятно родителям, которые только усугубляют проблему, если не знают и не пытаются понять сложность данного психологического этапа жизни человека. Прежде всего, следует понимать, что при грамотном взаимодействии их с представителями школы и учителем поможет преодолеть данный кризисный период [27].

Дезадаптация является следствием ещё и нарушения дисбаланса в системе «школа-ребёнок-семья-общество». В известной работе «Детская

психология» Л.С. Выготского проанализировано, что есть так называемый «кризис 7 лет», который связан именно с периодом начала обучения в школе. Главной причиной появления кризиса Выготский считал смену игровой деятельности на учебную. Другой исследователь, Д.Б. Эльконин, считает, что при освоении любого нового вида деятельности человек в принципе испытывает стресс, а одним из самых серьезных таких периодов является переход от дошкольного к школьному обучению [6, С. 156].

Младший школьник может быть импульсивен, он действует сразу, и не подумав, не оценив всех обстоятельств. Это следует учитывать учителям начальной школы. Согласно Д.С. Лыгденовой, «значительное напряжение, которое испытывает первоклассник, ещё не может быть связано с его опытом ввиду его отсутствия. Очевидно, что это напряжение возрастает с момента начала обучения в школе» [18, С. 60].

В то же время от ребенка требуют максимальной мобилизации интеллектуальных и физических сил. Фактором, способствующим более легкому протеканию адаптации, является сформированный высокий уровень коммуникативных навыков, согласно возрасту. Исходя из этого, легче всего к школьному обучению могут адаптироваться те дети, которые посещали детский сад (есть исключения, это правило не работает тогда, когда ребенок посещал детский сад без всякого удовольствия). У А.А. Лысенко находим: «...но обычно у детей, прошедших обучение в детском саду, более или менее сформирован достаточный уровень коммуникативной компетентности; этот фактор позволяет им более благополучно пройти данный этап жизненного пути» [19, С. 23].

Таким образом, если адаптация к условиям обучения в начальной школе происходит неблагоприятно, то такой школьник проявляет эмоциональную раздражительность, излишнюю впечатлительность, может вступать в конфликты, проявлять неадекватное поведение и агрессивность. Всё это приводит к тому, что школьная адаптация становится серьёзной проблемой для педагогической практики. В результате школьной

дезадаптации у первоклассников снижается учебная мотивация, они не могут наладить взаимоотношения со сверстниками, в дальнейшем у них могут формироваться девиантные формы поведения.

Традиционно в начале обучения в школе ребенок сначала привыкает к новым условиям, в которых он оказывается. Затем он усваивает новую социальную роль, которая ему принадлежит – роль школьника. Г.Р. Чукмаева утверждает, что с данной позиции педагогу следует обращать внимание на следующие моменты, способствующие эффективной первичной адаптации к обучению в начальной школе: владение учебными умениями и навыками; наличие контакта между педагогом и обучающимся; взаимоотношения с одноклассниками; понимание своих обязанностей и спокойное их выполнение [29].

В связи с принятием нового ФГОС суть самой социально-психологической адаптации значительно изменилась, поскольку расширился список критериев, которые свидетельствуют об успешной адаптации обучению в начальной школе. Согласно новому образовательному стандарту при организации условий для прохождения успешной адаптации младшими школьниками требуется, прежде всего, акцентировать внимание на личностно – ориентированном, системно – деятельностном и здоровьесберегающем подходах [23].

Уравнивание всех детей в классе – это уже не актуальный подход; он никак не способствует успешности адаптации к обучению в начальной школе. От преподавателей сегодня требуется раскрытие «Я – концепции» и построение процесса вхождения в учебную деятельность на основе индивидуального подхода.

Уже с первых лет начала обучения в школе у некоторых учеников могут возникать конфликтные отношения со сверстниками, учителями, родителями. Следует понимать, что такой школьник практически всегда находится в состоянии напряжения. Всё это не способствует тому, чтобы личность развивалась на эффективном уровне.

Напротив, если возможности первоклассника соответствуют тем требованиям, которые предъявляет школа, и учитель старается учитывать индивидуальные особенности каждого ребёнка, то социально-психологическая адаптация будет происходить гораздо быстрее. Согласно мнению Н.Ф. Виноградовой, «первоклассникам, успешно проходящим адаптацию в школе, легче обучаться, легче принять свою новую социальную роль» [5, С. 8].

Как показывает реальная практика, в большинстве случаев невозможно определить истинные причины неуспешной социально-психологической адаптации, так как учитель всё же имеет некоторые ограничения в рамках традиционной педагогической компетенции. Вряд ли можно упрекать педагога в подобной педагогической несостоятельности, ведь природа школьной адаптации может быть представлена самыми разнообразными факторами [10].

Процесс адаптации в начальной школе предполагает переориентирование и принятие во внимание не только физической, но и психологической адаптации школьников к новому статусу. Физическая адаптация подразумевает под собой сохранение хорошего самочувствия и здоровья, уровня работоспособности, здорового сна и аппетита, отсутствие заболеваний и обострения хронических болезней. К психологической адаптации младших школьников относят такие параметры как учебная мотивация, уровень развития психических процессов, настроение, готовность и способность к самооцениванию. Так, М.И. Матюшичева выделяет следующие уровни адаптации первоклассников к обучению в школе.

Для высокого уровня характерны: адаптация – 2 – 6 недель; положительная мотивация к обучению; легкое усвоение учебного материала; решение задач повышенной сложности; выполнение поручения педагога; есть друзья в классе; нет проблем со здоровьем.

Для среднего уровня характерны: адаптация – 2 – 3 месяца; от посещения школы нет негативных эмоций; усваивает материал с помощью

наглядных пособий; может решить типовые задачи; под контролем выполняет все задания; есть дружеские отношения.

Наконец, низкий уровень социально–психологической адаптации характеризуется сроком более 3 – х месяцев; негативным отношением к школе; нарушением дисциплины; фрагментарным усвоением материала; малым общением с одноклассниками [21].

Таким образом, можно говорить о том, что адаптация первоклассника к условиям обучения в школе – это выстраивание адаптационных возможностей его организма к новой для него деятельности (учебной). В процессе социально–психологической адаптации младший школьник подстраивается под новый режим, новую социальную роль, новое окружение.

1.2 Социально–психологические условия организации адаптации к обучению в начальной школе

Создание условий для успешной адаптации младших школьников – это обязанность педагогических работников и коллектива школы в целом. При этом роль родителей, как отмечалось выше, также высока. Школа должна действовать сообща с родительским сообществом.

Согласно Е.Г. Изотовой, «развитие учебной деятельности – это не спонтанное явление, оно всегда будет зависит от тех условий, которые созданы в начальной школе, а также от уровня общественных отношений в области образовательного процесса. Для того чтобы младшие школьники освоили и переработали учебный предмет, необходимо направлять и развивать дидактическую организацию обучения на деятельность младших школьников» [8, С. 429].

Как считает А.И. Коротаева, «учебная деятельность сама по себе является противоречивой. С одной стороны, ученикам требуется понять учебную дисциплину, усвоить её суть, изучить множество теоретических представлений о явлении или предмете. С другой стороны, школа как

образовательное учреждение должно создать необходимые условия для формирования познавательной активности и учебной мотивации у школьников младших классов» [13, С. 730].

Согласно этому, А.И. Коротаяева выделяет три направления логики, решение которых способствует формированию соответствующих условий для успешной социально–психологической адаптации к обучению в начальной школе (по–иному, их можно назвать условиями успешной адаптации во взаимодействии, как системы): логика выстраивания предмета; логика усвоения предмета (учет знаний, умений и навыков, необходимых условий для формирования взаимосвязи); логика психического развития, учет психических новообразований, уровня развития индивида и их взаимодействие [13].

Научный интерес представляет в данном отношении статья М.И. Матюшичевой [21], актуальность рассмотрения которой связана с тем, что в настоящее время существует проблема вопроса воспитания детей и их обучения. Возникает необходимость формирования гармонии личности и социума уже на этапе начального образования с целью успешной адаптации индивидов. Автор предпринимает попытку выявить особенности социально–психологической адаптации в младшем школьном возрасте в учреждениях начального общего образования. При этом также отмечается важность учета условий обучения.

Представленная научная работа М.И. Матюшичевой является глубокой по причине того, что содержит в себе полноценные эмпирические результаты как по школе с углубленным изучением предметов художественно–эстетического цикла, так и по школе с углубленным изучением математики. Автор применил в работе методику диагностики школьной тревожности Филлипса, рассмотрел доминантные интегральные показатели социально–психологической адаптации, а также выявил уровень самооценки младших школьников в школах с различной направленностью. Автор доказал гипотезу, согласно которой образовательная среда влияет на отдельные

компоненты социально-психологической адаптации в младшем школьном возрасте [21].

Во многом также социально-психологическая адаптация зависит от того, есть ли взаимосвязь между объективными требованиями учебного предмета и возможностями самих обучающихся. Так, в разных классах может быть принципиально разный уровень начальной подготовки и возможностей учеников. Е.В. Леонова отмечает, что «вследствие этого невозможно проводить адаптацию каждый раз по одной и той же схеме, с разными учениками» [17, С. 112].

В том случае, если в школе не будет организована социально-психологическая адаптация для младших школьников, то есть большая вероятность того, что большинство из них достигнет только среднего уровня адаптации к обучению в школе. Согласно ФГОС, создаются условия, которые будут способствовать всестороннему развитию личности школьника и формировать его готовность к дальнейшему обучению в средней школе [23]. Такие условия должны сформировать благоприятную среду для психического и физического здоровья первоклассника. Для того чтобы адаптация проходила наиболее успешно, согласно ФГОС, предлагается создание следующих условий, которые предлагает Н.Ф. Виноградова: организовать учебно-познавательную деятельность в соответствии с возрастом первоклассника; создать комфортные условия для общения детей; организовать щадящий режим уроков с постепенным переходом к обычному распорядку дня; соблюдать санитарно-гигиенические нормы; формировать благоприятное отношение семьи к новому статусу первоклассника; организовать активный досуг во внеурочное время; проводить постоянный мониторинг уровня адаптации детей [5].

Наиболее значимую роль в процессе социально-психологической адаптации младшего школьника к обучению в начальной школе играет педагог. От его профессионализма зависит эффективность реализации всех вышеназванных условий. Справедливо замечание О.Ю. Камакиной о том, что

«для того чтобы создавать полноценные условия для обучения первоклассников, педагогу требуется наличие нужных материалов для ведения уроков, должны быть соблюдены условия для физического и психического развития. Учащиеся должны быть обеспечены мебелью в классе, которая способствует поддержанию нормального здоровья детей» [12, С. 91].

Важна также и роль медицинского кабинета, работники которого отслеживают физическое состояние здоровья детей. Важную роль играет и педагог по физической культуре, который может непосредственно оценить состояние и физическое развитие того или иного школьника, вовремя среагировать на имеющиеся проблемы и отклонения в здоровье [3].

Для формирования положительной и успешной социально – психологическую адаптации первоклассника к обучению в начальной школе, следует проводить оценку достижения маркеров адаптации (выполнения критериев), которые предлагает А.И. Коротаева. Так, по ее мнению, первостепенное внимание следует обращать на состояние здоровья ребенка – по нему можно определить физическое и психическое благополучие, эмоциональную гармонию. Следует также учитывать, что при встрече с новыми социальными ситуациями ребенок вырабатывает собственную систему отношений к окружающему миру. Положительными маркерами являются и развитие у ребенка внутреннего равновесия, уверенности в себе, уважения к себе и людям. При благоприятном процессе адаптации эмоциональное состояние стабилизируется, роль педагога усваивается адекватно. Также автор призывает принять то, что родители несут ответственность за адаптацию наряду со школой [13].

В начале учебного года педагог – психолог проводит собеседование с каждым учеником в атмосфере доброжелательности и ориентации на оптимистичное перспективное планирование деятельности. Это первый этап профилактики школьной дезадаптации. По мнению В.А. Кручинину, «вторым этапом является организация собрания с родителями, в ходе

которого педагог-психолог и классный руководитель дают рекомендации по обучению в школе» [16, С. 4].

Для педагогов адаптация первоклассников к условиям обучения в школе, прежде всего, предполагает его умение самостоятельно работать, отстаивать свои мысли и отвечать полным ответом. Для ребёнка адаптация будет происходить безболезненно, если расписание будет составлено оптимально, а учебная нагрузка будет допустимой не только в течение дня, но недели.

В основе адаптации и создании необходимых условий для ее прохождения лежат сразу несколько принципов, как утверждает Е.В. Леонова: гуманизм, приоритет общечеловеческих ценностей, формирование и развитие личного потенциала школьника, здоровье ребенка [17].

Непосредственный процесс приспособления ребенка к школе является многогранным и трудоемким. Данный процесс требует серьезного контроля и коррекции со стороны педагогов и родителей. Как считает Н.А. Степанова, «для того чтобы первоклассник смог успешно адаптироваться к условиям обучения в начальной школе, образовательное учреждение должно инициировать разработку программы адаптации первоклассников» [26, С. 70]. В этом комплексном документе должны содержаться следующие разделы: диагностика; адаптационные корректирующие занятия с детьми; работа с родителями.

Для того чтобы проводить диагностику адаптации первоклассников к обучению в начальной школе, можно использовать разные методики, в частности, наблюдение, методики изучения учебной мотивации, метод Люшера, методику «Домики», методику «Лесенка», методики изучения школьной тревожности, рисуночные проективные тесты.

Для педагога на этапе диагностики основной задачей является выявления трудностей в адаптации к школе. Помимо этого, педагог на основе первичной диагностики может разработать корректирующие направления и

мероприятия, совместно с педагогом – психологом. Все мероприятия, которые носят адаптационное направление, можно разделить на две группы, согласно М.Р. Битяновой: общеклассные (проводятся для знакомства ребят друг с другом, с правилами поведения в школе, построения дружеских отношений); индивидуальные (проводятся для отдельных первоклассников, имеющих определенные проблемы в адаптации) [2].

Большое значение должно уделяться и работе с родителями. Повышения педагогической образованности родителей должно являться одним из приоритетных направлений. Этого можно добиваться путём проведения родительских собраний, организации индивидуальных консультаций, разработки методических рекомендаций и советов родителям (памяток) [5].

Таким образом, исходя из вышеизложенного, очевидно, что наиболее часто включаемыми в педагогический процесс условиями для социально–психологической адаптации первоклассников являются следующие: создание комфортных условий для общения детей; организация щадящего режима уроков с постепенным переходом к обычному распорядку дня; соблюдение санитарно-гигиенических норм; формирование благоприятного отношения семьи к новому статусу первоклассника; организация активного досуга во внеурочное время; проведение постоянного мониторинга уровня адаптации детей. Целесообразно, чтобы в процесс социально–психологической адаптации комплексно были внедрены мероприятия не только непосредственно относящиеся к обучающимся 1–го класса, но и их семей (родителей), а также педагогического состава.

Сформулируем выводы по первой главе.

Анализ психолого-педагогической литературы позволил сделать вывод о том, что в возрасте 6 – 7 лет ребёнок изменяет свою социальную роль, к которой он должен привыкнуть, и принять её. Теперь он не дошкольник, а настоящий ученик. У ребёнка в первом классе резко меняется вид деятельности: с игровой на учебную. Для снижения негативных последствий

такого резкого перехода в начальной школе, педагоги часто применяют игровые виды деятельности, которые включаются в ход занятия. Социально – психологическая адаптация подразумевает и адаптацию к новому коллективу, построению коммуникации с окружающими. Эффективно выстроенные коммуникативные связи помогают быстрее адаптироваться ребенку к обучению в школе и позволяют определить позицию, которую он занимает в классе. Следует учитывать и тот факт, что с поступлением в школу принципиально изменяется и двигательная активность: ее резкое ограничение может негативно отражаться на физическом и эмоционально – психическом развитии человека. В связи с этим следует активизировать вид активности на перемене (целенаправленно), в ходе проведения физкультминуток и на уроках физической культуры. В начальной школе обязательно должны быть созданы условия, позволяющие пройти социально–психологическую адаптацию для младшего школьника на успешном уровне.

Глава 2 Опытнo – экспериментальная работа по социально – психологической адаптации к обучению в начальной школе

2.1 Диагностика социально – психологической адаптации младших школьников

Для того чтобы понять, как на практике реализуется процесс адаптации, а также какие ее этапы проходят первоклассники, требуется на конкретном примере провести опытнo – экспериментальное исследование.

Целью опытнo – экспериментальной работы является выявление и приведение доказательств наиболее эффективных социально-психологических условий адаптации младшего школьника к обучению в школе.

Для достижения цели опытнo – экспериментальной работы ставится ряд задач:

- провести первичную диагностику уровня социально-психологической адаптации первоклассников к обучению в начальной школе (констатирующий этап);

- по итогам результатов первичной диагностики разработать условия, направленные на устранение негативных моментов в социально-психологической адаптации первоклассников, провести формирующий эксперимент (формирующий этап);

- провести повторную диагностику уровня социально-психологической адаптации первоклассников к обучению в начальной школе после реализации разработанной Программы (контрольный этап).

Исследование уровня социально – психологической адаптации первоклассников к обучению в школе проводилось на базе ГБОУ СОШ № 187 Красногвардейского района г. Санкт-Петербурга. В исследовании принимали участие обучающиеся контрольной группы в количестве 26

человек (7-8 лет) и обучающиеся экспериментальной группы в количестве 26 человек.

Целью первичного этапа данной работы является изучение уровня социально – психологической адаптации первоклассников к условиям обучения в образовательной организации.

Для выявления уровня адаптации будут применены методики (таблица 1).

Таблица 1 – Методики определения уровня социально–психологической адаптации первоклассников к обучению в школе

Название методики	Цель
Методика наблюдения Р. Сирса	Выявление уровня тревожности у первоклассников
Цветовой тест отношений Люшера	Изучение эмоционального состояния ребёнка в школе
«Что мне нравится в школе» (автор Н.Г. Ласкунова)	Выявление отношения ребёнка к школе и его мотивационную готовность через рисунок.

Рассмотрим применяемые методики в соответствии с целями, для которых они проводятся на констатирующем этапе эксперимента.

Цель методики наблюдения Р. Сирса – выявить школьников с высоким уровнем тревожности. Метод оценивания: наблюдение за детьми. Оценивается сразу несколько критериев (признаков), а для оценки используется шкала Сирса. Так, могут быть выявлены признаки: пугливость, плаксивость, агрессивность, обидчивость, нетерпимость, суетливость, потливость, проблемы с вниманием и концентрацией и другие.

При получении от 1 до 4 баллов диагностируется низкий уровень тревожности, при 5–6 – выраженный уровень тревожности, при 7 и более баллах уровень тревожности считается высоким.

После проведения первичной диагностики по методике Р. Сирса в контрольной группе испытуемых были получены результаты, представленные в таблице 2.

Таблица 2 – Результаты первичной диагностики проявления уровней тревожности у учащихся контрольной группы по методике Р. Сирса

Уровни тревожности	Количество учащихся	
	%	чел.
Не проявляется	13,4	3
Низкий	12,6	3
Пограничный	19,5	5
Высокий	55,5	15

По таблице мы видим, что у 15 учащихся (55,5%) – высокий уровень адаптации, пограничный у 5 детей (19,5%), низкий уровень у 3 учащихся (12,6%) и не проявляется у 3 учащихся (13,4%).

В процентном соотношении результаты данной методики представлены на рисунке 1.

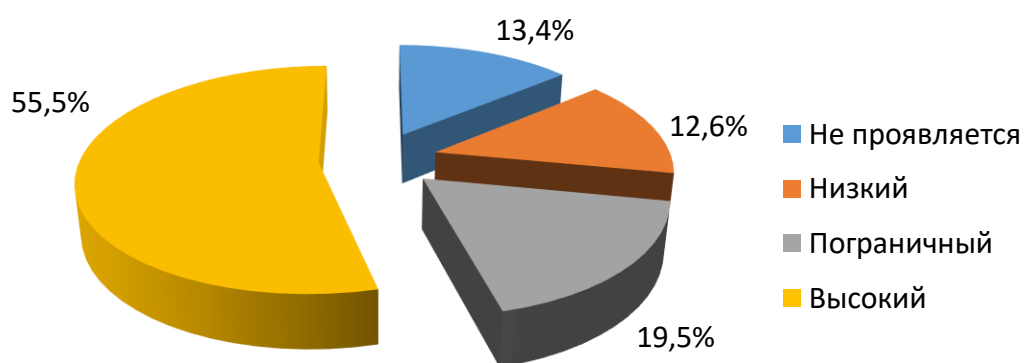


Рисунок 1 – Отображение уровня тревожности учащихся контрольной группы при первичной диагностике по методике Р.Сирса, (%)

Результаты по выявлению уровня тревожного поведения в экспериментальной группы (по методике Р. Сирса) представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Результаты проявления уровней тревожности у учащихся экспериментальной группы при первичной диагностики по методике Р.Сирса

Уровни тревожности	Количество учащихся	
	%	чел.
Не проявляется	15,4	4
Низкий	15,4	4
Пограничный	23,1	6
Высокий	46,1	12

Судя по результатам проведённой диагностики, мы видим, что признаки тревожности присутствуют у большинства обучающихся в той или иной мере:

- 4 детей (15,4%) в классе, не испытывают тревожности, а наоборот, эмоциональный комфорт;
- также 4 детей (15,4%) класса имеют низкий уровень тревожности;
- у 12 детей (46,1%) имеется высокий уровень тревожности;
- 6 детей (23,1%), находятся на пограничном уровне тревожности, то есть между средним и высоким уровнями.

В процентном соотношении результаты данной методики представлены графически на рисунке 2.

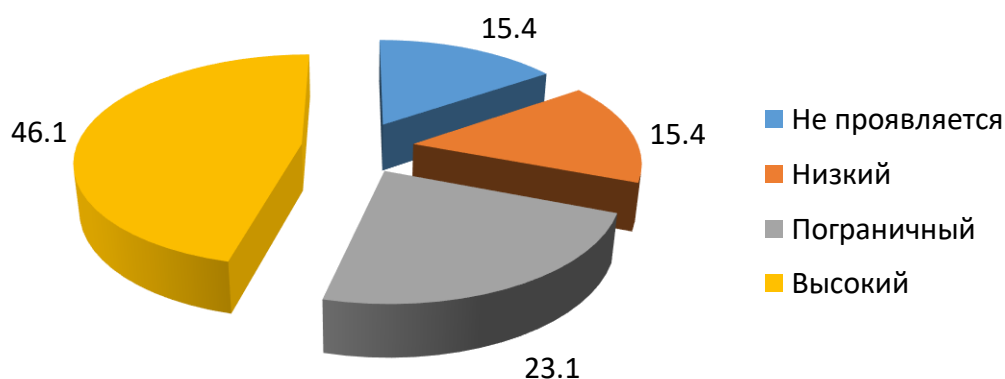


Рисунок 2 – Отображение уровня тревожности учащихся экспериментальной группы при первичной диагностики по методике Р. Сирса, (%)

Делая выводы по данной методике, мы видим, что общий уровень тревожности в экспериментальной группе достаточно высокий, эмоциональное состояние детей нестабильное.

Следующим тестом стал цветовой тест отношений Люшера. Цель теста – изучение эмоциональных компонентов отношений ребёнка к важным для него людям.

Во время проведения обследования учащемуся предлагается рассмотреть цветные карточки и ответить на определённые вопросы. В последнем задании необходимо выбрать самый красивый цвет из представленных у ребёнка, затем этот цвет убирают, и предлагают сделать то же самое с оставшимися цветами. При остатке трёх цветов, ребёнку необходимо выбрать самый непривлекательный цвет.

Цветовой тест Люшера дал возможность проанализировать адаптированность учащихся контрольной группы к обстановке в семье, к процессу обучения. Результат оценивается по преобладающему эмоциональному фону и физиологической работоспособности.

Проведя диагностику мы получили следующие результаты, представленные на рисунке 3.



Рисунок 3 – Результаты первичной диагностики контрольной группы по цветовому тесту Люшера, (%)

Судя по полученным результатам, можно сказать, что положительный эмоциональный фон – 17 человек (67,9%); у 24 человек (94,8%) благоприятная обстановка в семье, что способствует положительному прохождению адаптации ребенка в школе; 23 человека (93,7%) не имеют переутомления в ходе учебной деятельности; у 1 учащегося (1,7%) присутствует переутомление; у 6 учеников (23,1%) присутствует состояние компенсируемой усталости; 3 детей (10,5%) имеют негативную установку по отношению к учителю.

В целом, по данной методике можно сказать, что участники эксперимента, включённые в контрольную группу, прошли процесс адаптации.

Проведя диагностику в экспериментальной группе учащихся мы получили следующие результаты: положительный эмоциональный фон – 16 человек (61,5%); у 21 (80,8%) эмоциональный фон доминирует хорошим

настроением (из них 5 учеников (19,2%) – только положительные эмоции, 16 детей (61,5%) – адаптация и эмоциональный фон в норме); отсутствие переутомления – 22 (84,6%) учащихся; состояние компенсируемой усталости – 12 (46,2%) учащихся; перевозбуждение присутствует у 1 (3,8%) учащегося; благоприятная обстановка в семье у 24 учеников класса (92,3%); негативные установки по отношению к учителю – 8 учащихся (30,8%); негативное отношение к школе – 2 (7,7%) детей. Для наглядности представим результаты графически на рисунке 4.

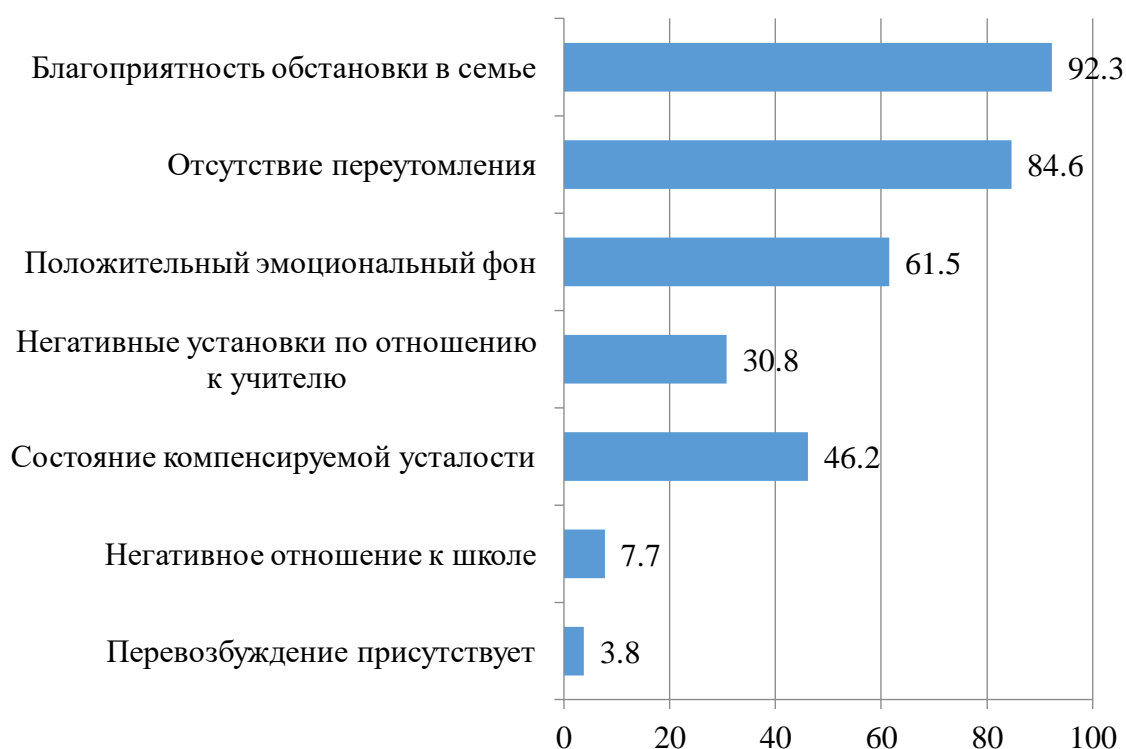


Рисунок 4 – Результаты первичной диагностики экспериментальной группы по цветовому тесту Люшера, (%)

Следующей методикой для диагностики уровня адаптированности стал проективный рисунок «Что мне нравится в школе» (автор Н.Г. Ласкунова).

Цель: выявление отношения ребёнка к школе в целом и его мотивационную готовность к ней через рисунок.

Для исключения диагностических ошибок, после рисования с каждым ребёнком проводится индивидуальная беседа, в ходе которой уточняется, почему он нарисовал именно такую ситуацию.

Результаты проведенной методики в контрольной группе показан в таблице 4.

Таблица 4 – Результаты первичной диагностики контрольной группы по методике «Что мне нравится в школе» Н.Г. Ласкуновой

Уровни адаптации	Количество учащихся	
	%	чел.
Высокий	68,7	15
Средний	20,1	7
Низкий	11,2	4

По результатам методики мы видим, что 15 человек (68,7%) хорошо адаптированы в школе, не имеют сложностей в восприятии школьного материала, не конфликтны с одноклассниками; 7 человек (20,1%) имеют средний уровень адаптированности, что говорит о восприятии школьного материала, дружбе с одноклассниками, но имеется проблема с мотивацией к обучению; у 4 детей (11,2%) низкий уровень адаптации, что говорит о частой смене настроения, проблем в поведении, случаях неготовности к урокам.

Проведя диагностику Н.Г. Ласкуновой в экспериментальной группе мы получили следующие результаты.

Результаты проведенной методики представлены в таблице 5.

Таблица 5 – Результаты первичной диагностики экспериментальной группы по методике «Что мне нравится в школе» Н.Г. Ласкуновой

Уровни адаптации	Количество учащихся	
	%	чел.
Высокий	38,5	10
Средний	26,9	7
Низкий	34,6	9

Наглядно результаты по методике Н.Г. Ласкуновой представлены на рисунке 5.

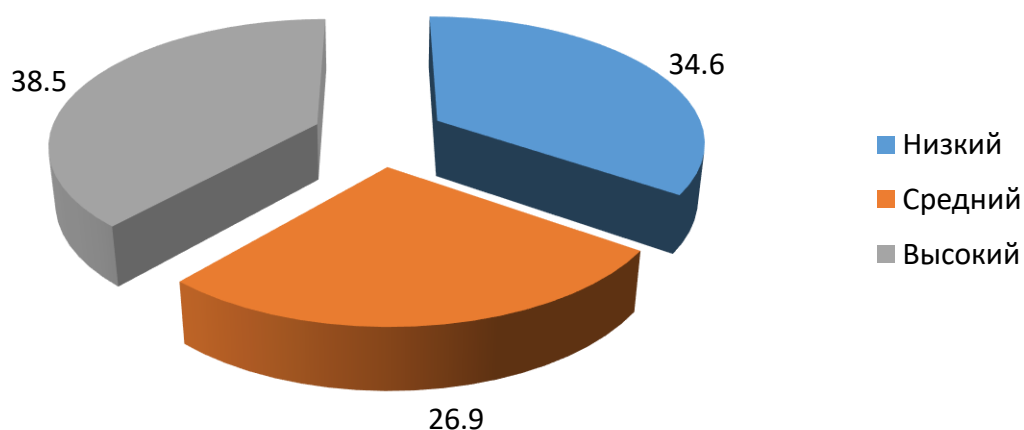


Рисунок 5 – Уровни социальной адаптации экспериментальной группы при первичной диагностике по методике Н.Г. Ласкуновой, (%)

Таким образом, мы видим, что 38,5% (10 чел.) учеников экспериментальной группы класса хорошо адаптированы, позитивно относятся к школе, адекватно воспринимают задания, до конца выслушивают объяснения учителя и одноклассников.

26,9% (7 чел.) детей тоже положительно относятся к обучению. Школа не вызывает негативных переживаний у данной группы детей. Они поминают учебный материал, решают типовые задания, водят дружбу с

одноклассниками. Несмотря на данные способности, мотивация к учёбе не всегда выражена.

34,6% (9 чел.) учащихся к обучению и школе относятся отрицательно. У детей данной группы часто плохое настроение, имеются нарушения в поведении, нерегулярная готовность к занятиям. Дети материал усваивают не полностью, а фрагментами, так как не могут длительно быть сосредоточены. Как правило, друзей у таких ребят в классе нет.

По результатам проведённого исследования мы видим, что процесс адаптации у многих детей завершён, но у 34,6% (9 чел.) учащихся ещё имеются проблемы с социальной адаптацией, в связи с чем, они испытывают тревожность, негативные эмоции относительно школьного обучения. Детям данной группы необходима специальная помощь.

Кроме методик, были проведены опросы классного руководителя и родителей учащихся экспериментальной группы.

Для прохождения опроса классному руководителю и родителям был подготовлен опросный лист, где каждый индивидуально выбирал и отмечал характерный для ребёнка уровень проявления в каждом из девяти показателей адаптации.

Ответы подвергались анализу в зависимости от вариантов ответов: «а» - высокий уровень адаптации; «б» - средний уровень адаптации; «в» - низкий уровень адаптации.

В анкетировании приняли участие 100% родителей, по 1 от каждого учащегося. Следует отметить, что большинство родителей (88,5%, 23 чел.) принимали участие с радостью, стремились заполнить опросные листы в самое ближайшее возможное для них время, не затягивая. Это является косвенным свидетельством того, что эти родители заботятся о том, чтобы адаптация их детей прошла на приемлемом уровне. Были, однако, и те (11,5%, 3 чел.), которые затягивали с заполнением опросника, высказывали мнение по типу «зачем это нужно».

Баллом в данном опросе является порядковый номер уровня. Просуммировав баллы определяется уровень социально – психологической адаптации: высокий уровень (9 – 17 баллов); средний уровень (18 – 24 баллов); школьная дезадаптация (25 и более баллов).

Полученные данные от опроса классного руководителя внесены в таблицу А.1 в приложении А.

На основании полученных данных мы можем наблюдать следующее: по мнению классного руководителя высокий уровень – 9 детей (34,6%); средний уровень – 11 детей (42,3%); школьная дезадаптация – 6 детей (23,1%).

Для более точного понимания ситуации представим полученные данные в форме диаграммы на рисунке 6.

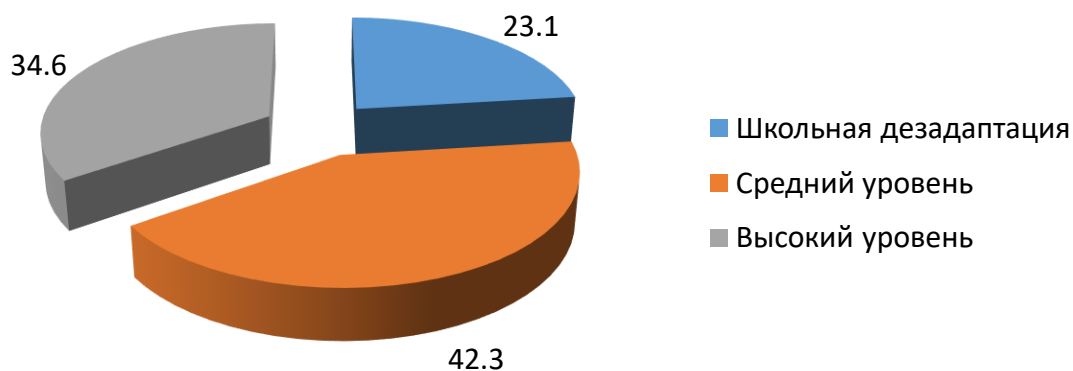


Рисунок 6 – Уровень адаптации первоклассников экспериментальной группы по мнению классного руководителя, (%)

По результатам полученных данных от родителей учащихся делаем вывод, что у 34,6% (9 детей) успешно проходит процесс адаптации. Большее количество учеников с удовольствием идут в школу, делятся впечатлениями о школе с близкими, при появлении затруднений они спокойно обращаются за помощью к родителям.

В свою очередь, 23,1% (6 детей) из класса идут в школу без особо интереса. Спокойное отношение к своим удачам и неудачам может являться признаком дезадаптации.

Подводя итоги по трем методикам, мы можем увидеть следующие результаты, представленные на рисунке 7.

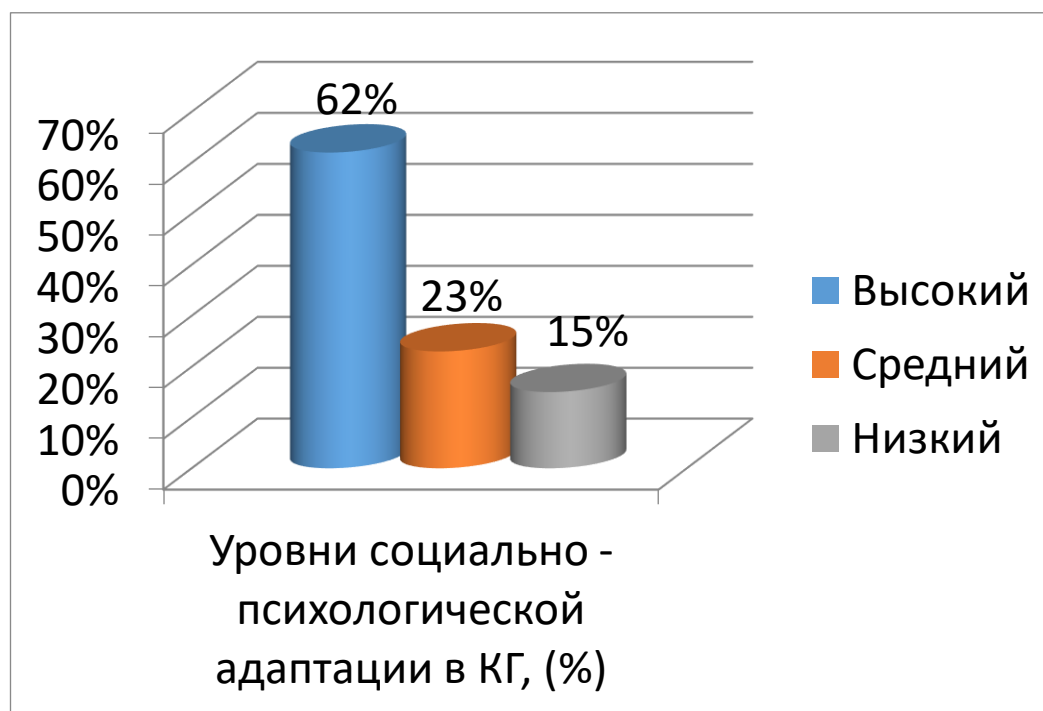


Рисунок 7 – Сводные данные контрольной группы констатирующего этапа по проведённым методикам, (%)

Сводные данные по проведённым методикам в экспериментальной группе мы можем увидеть на рисунке 8.

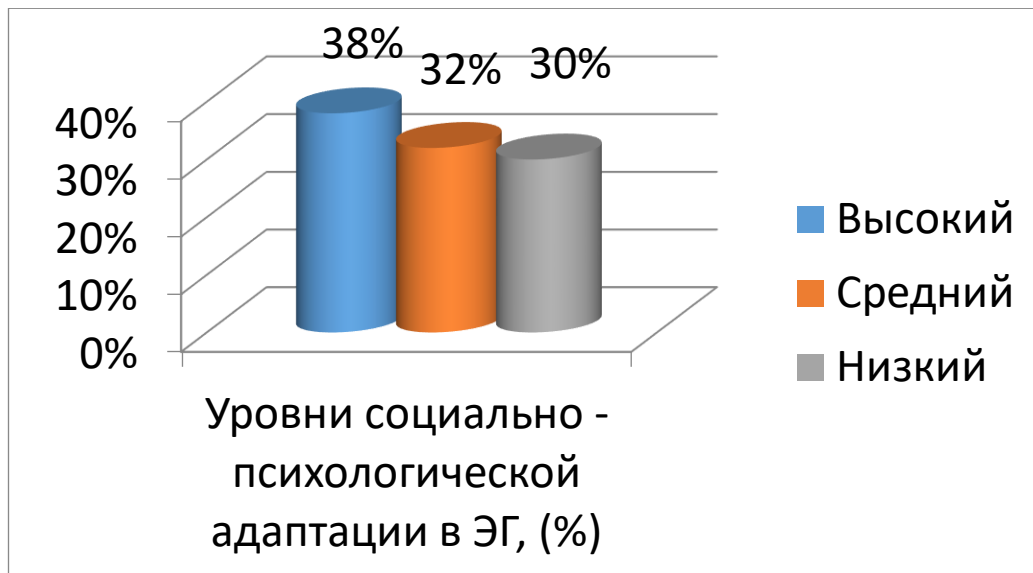


Рисунок 8 – Сводные данные экспериментальной группы констатирующего этапа по проведённым методикам, (%)

В целом, можно говорить о том, что дети, имеющие средний уровень адаптации к школе, имеют, в частности, и средний уровень мотивации к обучению (это видно из методики Н.Г. Ласкуновой). У таких детей присутствует в целом положительный настрой к обучению в школе, они готовы и хотят обучаться, получать новые знания. У первоклассников со средним уровнем адаптированности присутствует внимательность, когда они выполняют задания, они могут самостоятельно решать типовые задания, но при предложении задач более сложных обычно требуется помощь или контроль со стороны учителя. Учебная деятельность для таких детей, в целом, заменяет игровую, в связи с переходом на новый вид деятельности и этап в развитии личности.

Первоклассники экспериментальной группы, имеющие высокий уровень адаптированности к обучению в школе, а весь учебный материал у таких детей усваивается с легкостью. Коммуникативные навыки таких детей имеют хороший уровень развития, они могут не нуждаться во внешнем контроле со стороны учителя при выполнении самостоятельных заданий. Для многих первоклассников экспериментальной группы в становлении

социальной адаптации оказывается важной внешней мотивация, а во многом они склонны поступать так, как «велят правила», или «говорят родители».

Тем не менее, у всех первоклассников в начале обучения учебная мотивация не может быть сформирована полноценно, поэтому мы говорим лишь о готовности к таковой. В связи с этим нет и полноценного представления о значимости и ценности знаний, их получения и учебной деятельности в целом.

Как свидетельствуют результаты, есть и негативное отношение некоторых учащихся как к обучению в школе, так и к самому учителю. Такие учащиеся дезадаптированы, у них нет мотивации к обучению, они могут проявлять такие качества как агрессивность, нестабильность в эмоциях, закрытость, неконтактность; часто – отсутствуют друзья. Это приводит к тому, что выполнять задания с заданной интенсивностью такие первоклассники не в состоянии. Хотя в первом классе и нет оценок (в большинстве школ России), тем не менее, обобщающая оценка работы (результативность) такого учащегося будет низкой (например, он получает меньше других поощрительных наклеек). У первоклассников с низким уровнем адаптированности к обучению в школе не складывается ценность обучения и получения знаний еще более, чем у обычных первоклассников, что, в целом, затрудняет процесс обучения и социализации первоклассника.

Констатирующий этап исследования выявил уровень социально – психологической адаптации первоклассников ГБОУ СОШ № 187 Красногвардейского района г. Санкт – Петербурга.

Подводя итог данного этапа можно сказать, что общий эмоциональный фон учащихся экспериментальной группы класса положительный. У большинства детей хорошее настроение, положительные эмоции в отношении посещения школы и занятий, что говорит об отсутствии нарушения адаптационного процесса. Большая часть класса не переутомляется, но явно имеются дети с признаками дезадаптации. В процессе исследования выявлены дети с низкой школьной мотивацией – 5

школьников (16,7%), а с негативным отношением к школе, то есть со школьной дезадаптацией – 4 человека (13,3%), у остальных, адаптация прошла успешно.

На основании данных констатирующего этапа нам становится понятно, что существует необходимость разработки специального социально–педагогического комплекса мероприятий по содействию адаптации первоклассников ГБОУ СОШ № 187 Красногвардейского района г. Санкт – Петербурга к школе.

2.2 Формирующий этап педагогического эксперимента: разработка программы социально – психологической адаптации

Для того чтобы минимизировать последствия неблагоприятной и долгой адаптации первоклассников экспериментальной группы к условиям обучения в школе, требуется организовать специальную программу, целью которой является совершенствование процесса социальной адаптации первоклассников к школьному обучению.

Данная программа будет применима не только к первоклассникам, проявляющим признаки дезадаптации к школьному обучению, но и к остальным детям – учащимся 1–го класса, поскольку будет способствовать закреплению успешной адаптации у всех детей.

Задачи данной программы заключаются в следующем: выявить группу первоклассников, чей уровень социальной адаптации находится на низком уровне; развивать коммуникативные способности детей, посредством которых они будут учиться понимать других детей и взрослых, оценивать свое поведение; разработать рекомендации для родителей по вопросам социальной адаптации первоклассников в школе.

При этом на рисунке Б.1 в приложения Б представлены показатели благоприятной социальной адаптации, которые будут служить ориентирами для реализации данной Программы.

Время реализации: октябрь – декабрь 2021-2022 учебный год.

Предполагаемый результат: благоприятная и быстрая социально–психологическая адаптация первоклассников к обучению в школе.

Программа включает три направления: работа с родителями, работа с педагогами (рисунок Г.1, Г.2 в приложении Г), работа с детьми (рисунок Д.1 в приложении Д). Рассмотрим каждое направление более подробно.

Первым направлением работы должна стоять работа с родителями, цель которой – это создание условий, которые будут наиболее благоприятным для того, чтобы дети как можно быстрее адаптировались к условиям обучения в школе. Данное направление должны включаться следующие мероприятия.

Основной для благоприятного развития процесса социально–психологической адаптации должны стать тематические родительские собрания–практикумы по вопросам адаптации к школьной жизни будущего первоклассника. Цель родительского собрания–практикума является повышение педагогической компетентности родителей первоклассников, оказание консультирования и разбор сложных моментов в подготовке будущих первоклассников к обучению в школе. На рисунке В.1 приложения В представлены задачи таких собраний.

В рамках данного собрания – практикума должны проводиться групповые консультации. Предполагается выступление педагога по теме «Первоклассник: его умения, знания и навыки». В начале собрания предполагается сбор анкетных данных от родителей, а также их мнения по теме собрания.

Вторым этапом собрания – практикума является выступление психолога по теме возрастных особенностей развития младших школьников, в частности, 6–7 лет, т.е. возраста поступления в школу и изменения игровой

деятельности на учебную. Предполагается, что родителям предоставляется информация по сложным вопросам взаимодействия младшего школьника с окружающими его людьми, педагог и психолог дает ценные рекомендации, касающиеся помощи в адаптации ребёнка к условиям обучения в школе. Данное мероприятие было проведено 01.10.2021 г.

В рамках реализации Программы предусматривается проведение семинара для родителей первоклассников. Основная цель данного собрания – это рассмотрение школы как принципиально нового изменения, нового этапа в жизни ребёнка. Предполагаемым результатом является выработка эффективного направления для выстраивания взаимоотношений между школой и семьёй. На рисунке В.2 в приложении В представлены задачи семинара.

Формой проведения является семинар. Родителям предлагается разыгрывание различных практических ситуаций, где они предлагают варианты решения. Практические ситуации связаны с обычными проблемами, которые возникают в семье, где есть первоклассники. Диалог – обязательная часть собрания, когда родители могут обменяться мнениями. Родители знакомятся подробно с образовательной программой, по которой обучаются дети в школе. Данное мероприятие было проведено 01.11.2021 г.

Важнейшим этапом реализации Программы является проведение круглого стола «Ребенок – первоклассник». Целью круглого стола является проработка направлений для совершенствования системы взаимодействия родителей и школы в рамках более продуктивной социальной адаптации первоклассника. Задачи круглого стола представлены на рисунке В.3 в приложении В.

В рамках проведения круглого стола для родителей и педагогов по плану проводилась следующая предварительная работа, в которую были включены консультация «Уровни готовности ребенка к школе в организации подготовки к школьному обучению»; анкетирование «Готовы ли родители к школе?»; подготовка родителей к выступлению.

Непосредственно круглый стол проводился в классе экспериментальной группы в октябре 2022 г., на рисунке В.4 в приложении В представлена его структура.

Педагогические ситуации, которые предлагались родителям, касались выбора того или иного варианта, выработка собственных решений проблемы, разработка способов разрешения ситуации. Приветствовалось высказывание в области предвидения результата, на будущую перспективу.

Завершением «круглого стола» стала презентация семейного опыта, в ходе проведения которой родители могли поделиться тем позитивным опытом, который есть у них (например, со старшим ребенком).

По результатам проведения «круглого стола» родителям были розданы буклеты «Обязанности родителей первоклассников».

Вторым направлением коррекционной Программы стала работа с педагогами. В связи с тем, что в штате имеется некоторое количество педагогов, не имеющих большого стажа трудовой педагогической деятельности, в Программе была предусмотрена реализация некоторых этапов, что будет способствовать повышению эффективности их участия в создании условий по социально – психологической адаптации.

В рамках данного направления, прежде всего, было предусмотрено проведение Педагогического совета «Адаптация первоклассника», цель которого – диагностика и выявление проблемных моментов, которые учителя первых классов обнаружили у детей в адаптационный период (первый месяц обучения в школе и предыдущий опыт преподавательской деятельности – обмен опытом).

Участниками Педагогического совета являются: администрация школы, классные руководители 1-ых классов, участвующих в эксперименте, учителя-предметники, работающие в данных классах, социальный педагог, педагоги дополнительного образования, врач педиатр, родители учащихся 1-го класса. На рисунке Г.2 Приложения Г представлена повестка Педагогического совета.

Педагогический совет проводился в октябре 2021 г. Результаты данного мероприятия в сокращенной форме доведены до сведения родителей, для которых были составлены некоторые рекомендации:

- заранее познакомиться со школой, рассказать о распорядке, принятом в школе.
- обсудить с ребенком те правила, которые приняты в школе, разъяснить необходимость их соблюдения.
- выделить ребенку место для занятий дома. Оно должно быть комфортным, по возрасту, оборудованным удобным стулом.
- не ругать ребенка в случае неверного выполнения заданий. Каждый человек имеет право на ошибку, тем более в условиях школьного обучения.
- желательно создавать в доме атмосферу, близкую к благоприятной постоянно, избегать на период адаптации первоклассника конфликтов в семье по любым вопросам.

В рамках работы с родителями предлагается проведение семинара «Особенности первоклассника в период адаптации. Профилактика дезадаптации». Целью семинара является создание условий для того, чтобы обеспечить наиболее благоприятную среду для адаптации первоклассников, особенно тех, которые уже имеют проблемы с социальной адаптацией. На рисунке 9 представлены задачи семинара.



Рисунок 9 – Задачи семинара по проблемам социальной адаптации первоклассника

Семинар был начат с того, что новые педагоги (которые в данном учебном году пришли в коллектив образовательного учреждения), активно включились в игру «Те, у кого...» (продолжить предложение), «Корзина чувств» (игра, направленная на обмен эмоциональными переживаниями, связанными с новой работой и началом нового учебного года).

Затем педагоги рассматривали разные виды адаптации, которые свойственны для начала школьного обучения, а также прорабатывали возможные варианты поведения и социальной работы с различными категориями детей, имеющих разный уровень по социальной адаптации.

Кроме того, важно провести и заседание методического отдела учителей начальных классов – в форме педагогического консилиума, в ходе которого производилась обработка данных относительно уровня социальной адаптации первоклассников. Данные первичные данные были получены заранее в каждом из первых классов по результатам обучения 2,5 месяцев. Заседание было проведено в начале декабря 2021 г.

Целью педагогического консилиума являлась разработка организации учебно-воспитательного процесса первоклассников с целью повышения адаптивных возможностей детей, а также с учётом возрастных особенностей

данных групп детей. На рисунке Г.1 приложения Г представлены задачи данного мероприятия.

Педагогический консилиум был основан на аналитических отчетах классных руководителей, которые они оформили по результатам первичных диагностик уровня адаптированности учащихся 1–х классов к обучению в школе.

Третьим направлением стала непосредственная работа с первоклассниками.

Цель работы с детьми, поступившими в 1–ый класс, заключается в том, чтобы помочь им преодолеть психологические и социальные трудности, связанные с новым периодом в их жизни. При этом ставится задача по сохранению здоровья первоклассника, отсутствия слишком резкого перехода от игровой к учебной деятельности, направленность на формирование эмоционального благополучия в школьной жизни.

Сначала с первоклассниками предлагается провести упражнение «Город понимания». Цель данного упражнения – формировать и развивать коммуникативные способности детей – учащихся 1–го класса, развитие способности давать оценку своему поведению и поведению окружающих (других детей – одноклассников). Кроме того, упражнение помогает развивать способности к эмпатии и сопереживанию, осмыслению собственных поступков. Это упражнение проводилось с детьми трижды: в октябре, ноябре и декабре.

На рисунке Д.1 в приложении Д представлены задачи данного упражнения.

В ходе адаптационных мероприятий используются беседы (имеют направленность на ознакомление детей с разными средствами беседы, общения); словесно–подвижные упражнения, упражнения на релаксацию, а также средства арт–терапии. Всего проведено 12 занятий, по 5 чел. в каждой группе (4 занятия в месяц), продолжительность каждого из занятий – 30

минут. Время проведения – во внеурочное время, в группе продленного дня или на классном часе.

В ходе проведения данных занятий было отмечено, что дети с удовольствием стремились заниматься, для них было увлекательно узнавать новую информацию. Рисование нетрадиционными техниками заинтересовало подавляющее число первоклассников (спонжами, веточками, губкой).

С первоклассниками предлагается провести игру «Цветик», которая была повторена дважды за Программу. Ее цель – создание доброжелательной атмосферы в детском коллективе для достижения повышения уровня коммуникативных навыков и взаимодействия.

Задачи игры представлены на рисунке Д.2 в приложении Д.

Методика игры заключается в том, что детям предлагается нарисовать лепестки на ватмане или листах А4, затем раскрашивают их. Получается единое целое, и предлагается загадать желание под каждый цвет. Предлагается придумать как индивидуальное желание, так и желание, которое будет «для всех» присутствующих.

При этом некоторые дети не могли сформулировать сразу желание для всего класса (непонимание целей взаимодействия с одноклассниками), но при повторной игре 100% учеников уже наперебой старались высказать свое желание, даже придумывали их дома и рассказывали на следующий день, добавляя их на общую стенгазету с цветком.

Заключительным этапом адаптации является игра «Волшебный лес», проведенная в ноябре 2021 г. Ее целью являлось повышение уровня взаимодействия и социальных контактов между первоклассниками. Кроме того, в упражнении–игре ставится актуальная цель по самоопределению ребенка – ученика 1–го класса, осознанию своих положительных черт и сторон характера. Задачи игры представлены на рисунке Д.3 в приложении Д.

В ходе проведения игры детям предлагается образовать плотный круг (это «лес»), а один из участников пытается проникнуть в центр этого «леса».

Лес пускает только того, кто обращается к нему по – доброму. В конце игры детям предлагается обсудить, когда «лес» пускал человека в свой круг, а когда – нет.

В рамках реализации программы по социально–психологической адаптации первоклассников учащимся предлагаются следующие игры и упражнения, способствующие благоприятной социально–психологической адаптации первоклассников, представленные в таблице 6.

Таблица 6 – Игры и упражнения для первоклассников

Наименование игры / упражнения	Содержание игры / упражнения
Снежный ком	Детям предлагается встать круг, и бросая мяч по кругу, называть свое имя и названные перед ним другие имена товарищей
Поздороваемся!?	Сначала учитель рассказывает детям о вариантах приветствия, принятых во всем мире, в разных странах. После этого дети придумывают свой необычный способ приветствия
Те, кто...	Детям предлагается примкнуть к той группе, кто...(например, имеет собаку, любит плавать)
Запомни товарища	Дети разбиваются на пары, встают спиной друг к другу, им предлагается по очереди описать своего товарища. Важно отметить детали
Коллаж	Берется несколько журналов, дети разбиваются на группы. Каждая из групп должна вырезать определенную подборку из журнала (например, только еда, только добрые лица)

После того, как были проведены все этапы по социально–психологической адаптации, с каждым из родителей была проведена отдельная консультация по результатам прохождения Программы адаптации каждым первоклассником. Родители получили соответствующие рекомендации:

– с каждым из детей составить список дел, которые запланировано сделать дома для школы (например, приготовить гербарий к определенному числу, вести дневник наблюдений, каждую неделю узнавать значимое, новое – такое, о чем можно рассказать другим – поделиться новыми знаниями).

– следить за первыми трудностями ребенка в обучении. Важно не пропустить их, выяснить причины, помочь, вести активный диалог с представителями школы.

– не перегружать ребенка дополнительными занятиями в кружках и секциях.

Таким образом, в ходе проведения формирующего эксперимента была разработана и проведена (апробирована) Программа по социально – психологической адаптации младших школьников к обучению в школе. Данная программа включала в себя мероприятия по трем направлениям: работа с родителями, работа с педагогами и работа с детьми (учащимися).

Отдельно были проведены родительские собрания, педагогические семинары и консилиумы. Для самих первоклассников были запланированы и проведены игры и упражнения, основной целью которых было познание самого себя и принятие новой роли – школьника, а также повышение уровня коммуникативных навыков и взаимодействия с одноклассниками, в школьном коллективе.

2.3 Проверка динамики социально – психологической адаптации детей младшего школьного возраста к обучению в школе на контрольном этапе эксперимента

Сравнительный анализ результатов исследования позволил выявить динамику изменений в адаптированности детей к условиям школы. После проведения коррекционно – развивающей работы была организована повторная диагностика по тем же методикам, что и первичная.

Результаты повторной диагностики представлены ниже в сравнении с первичным этапом исследования. По методике наблюдения Р. Сирса было выявлено изменение в проявлениях уровня тревожности, что нашло свое отражение в таблице 7.

Таблица 7 – Результаты изменений уровней тревожности у учащихся экспериментальной группы

Уровни тревожности	Первичная диагностика	Повторная диагностика
Не проявляется	4 чел. (15,4%)	6 чел. (23,1%)
Низкий	4 чел. (15,4%)	6 чел. (23,1%)
Пограничный	6 чел. (23,1%)	7 чел. (26,9%)
Высокий	12 чел. (46,1%)	7 чел. (26,9%)

В процентном соотношении результаты данной методики при повторной диагностике представлены графически на рисунке 10.

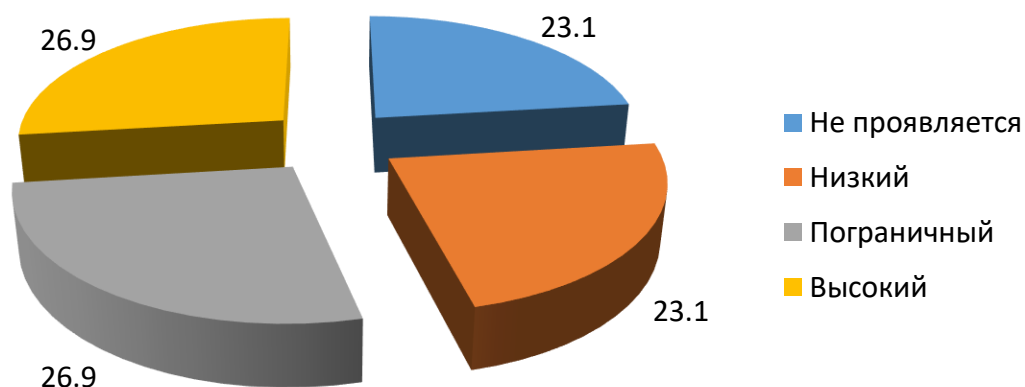


Рисунок 10 – Отображение уровня тревожности учащихся в экспериментальной группе (повторная диагностика), (%)

В процентном соотношении результаты данной методики представлены графически на рисунке 11.

Судя по результатам сравнения, мы видим, что уровень тревожности снизился, стабилизировав эмоциональное состояние детей, что свидетельствует об эффективности проведенных коррекционных занятий.

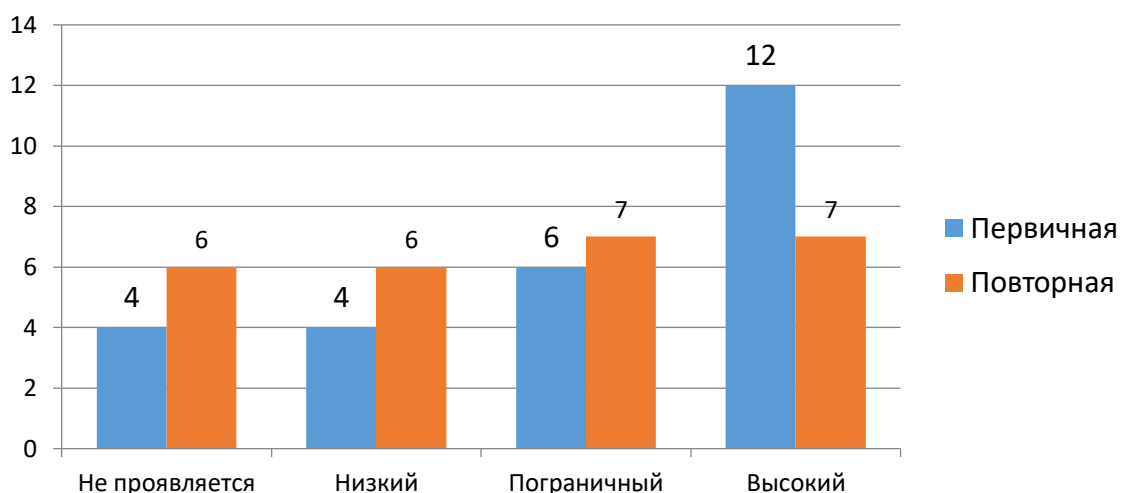


Рисунок 11 – Отображение изменений в уровне тревожности учащихся в экспериментальной группе, чел.

Сравнительный анализ результатов по цветовому тесту отношений М. Люшера показал следующие изменения: положительный эмоциональный фон возрос с 16 человек (61,5%) до 20 человек.

Хорошее настроение осталось также у 21 (80,8%) первоклассника. Из них 5 учеников (19,2%) – только положительные эмоции; адаптация и эмоциональный фон в норме возрос с 16 детей (61,5%) до 25 человек (96,2%). Переутомление осталось на прежнем уровне и выявлено у 22 (84,6%) учащихся, что также определено в отношении состояния компенсируемой усталости – 12 (46,2%) учащихся.

Негативное отношение к школе не было выявлено. перевозбуждение присутствует у 1 (3,8%) учащегося, исходя из его гиперактивности, и с ним работает психолог. Остальные показатели не изменились: благоприятная обстановка в семье у 24 учеников класса (92,3%); инфальные установки по отношению к учителю – 8 учащихся (30,8%).

Тем самым, эмоциональный фон у учащихся улучшился, негатив был снят, что свидетельствует о положительной адаптации детей к школе и выражено на рисунке 12.

Таким образом, мы видим, что адаптированность учащихся выросла, дети позитивно относятся к школе, адекватно воспринимают задания, до конца выслушивают объяснения учителя и одноклассников.

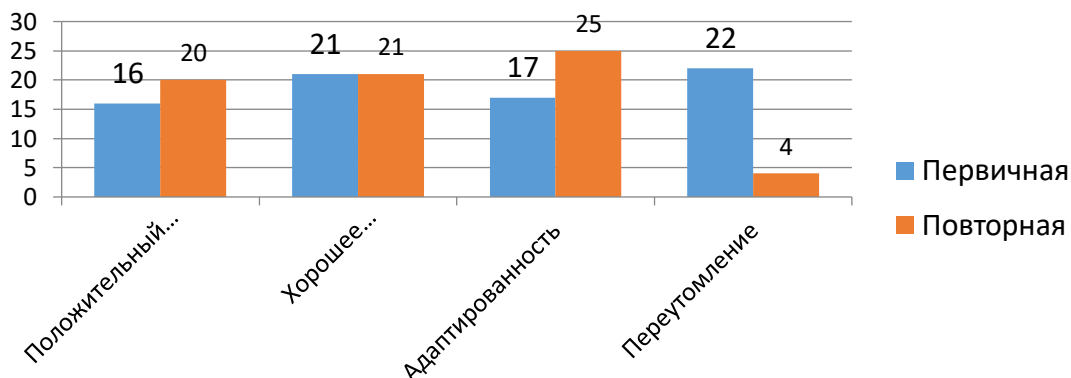


Рисунок 12 – Результаты динамики изменений в экспериментальной группе по методике М. Люшера, (%)

Практически все участники исследования положительно относятся к обучению, стараются выполнять все задания, дружат между собой.

Нахождение в школе воспринимается детьми положительно, что способствует повышению успеваемости и эффективному взаимодействию детей между собой. Тем самым, можно заключить, что процесс адаптации у большинства детей завершён.

В результате повторного использования методики Н.Г. Ласкуновой были выявлены следующие изменения в отношении ребёнка к школе в целом и его мотивационной готовности.

Повторный опрос классного руководителя и родителей не проводился исходя из достаточно полученных результатов по методикам.

Таким образом, проведенная коррекционная работа способствовала адаптации детей к условиям школы, что нашло свое отражение в стабилизации общего эмоционального фона учащихся, выражающегося в хорошем настроении, положительных эмоциях в отношении посещения школы и занятий.

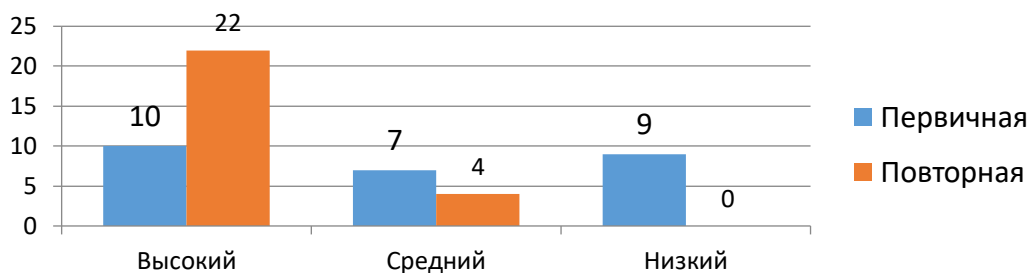


Рисунок 13 – Результаты динамики изменений в экспериментальной группе по методике Н.Г. Ласкуновой, чел.

По результатам исследования, общий уровень тревожности в классе снизился, эмоциональное состояние детей стабилизировалось. У большинства учащихся выявлен положительный эмоциональный фон, а также благоприятная обстановка в семье.

Для более четкого понимания изменений уровня адаптации приведём процентное соотношение констатирующего и контрольного этапов эксперимента на рисунке 14.

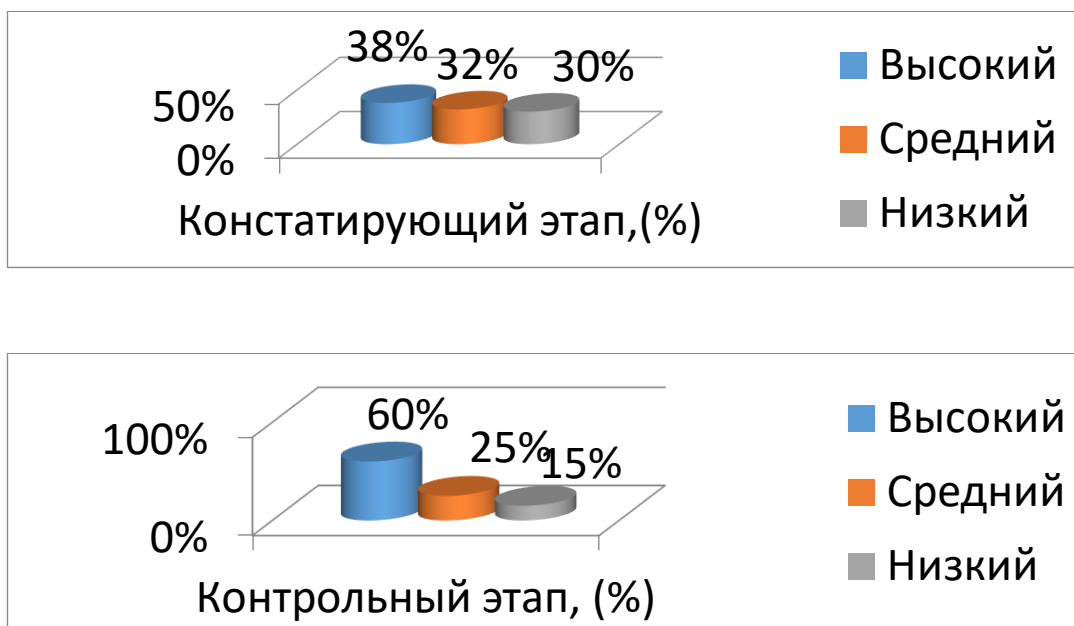


Рисунок 14 – Результаты динамики изменений в экспериментальной группе после проведения коррекционно – развивающей работы, (%).

Результаты исследования:

– благодаря тому, что была проведена комплексная работа по совершенствованию адаптации первоклассников, был значительно повышен ее уровень в экспериментальной группе;

– родители стали понимать цель и задачи адаптации своих детей, всю важность их участия в данном процессе;

– все педагоги, так или иначе принимающие участие в социально–психологической адаптации первоклассников, понимают и отдают себе отчет в важности их индивидуальной работы в области адаптации.

Процесс адаптации у большинства детей завершён.

Сделаем выводы по второй главе.

Большее количество учеников с удовольствием идут в школу, делятся впечатлениями о школе с близкими, при появлении затруднений они спокойно обращаются за помощью к родителям.

Но есть те, которые посещают школу без особого интереса. К последней группе учащихся психолог и учитель должны пристально присмотреться и провести необходимую помощь.

Таким образом, в ходе исследования были изучены особенности социально – психологической адаптации младших школьников к обучению в школе; подобраны методики и проведено исследование по особенностям социально–психологической адаптации детей к обучению в начальной школе и сделаны выводы. Коррекционно - развивающая работа может быть использована педагогом для дальнейшей работы.

Заключение

В первой главе бакалаврской работы были рассмотрены понятие адаптации, социально – психологические проблемы адаптации, связанные с обучением. Также в этой главе определяются социально-психологические условия организации адаптации к обучению в начальной школе.

Школьная адаптация является одним из самых серьёзных вопросов современной педагогики. Изменяя саму суть деятельности, осуществляя переход от игровой к учебной деятельности, ребёнок испытывает определённый стресс. В то же время не только ребёнок адаптируется к условиям школы, но и школа адаптируется к потребностям детей.

Начинает формироваться новый уровень самооценки, возникает критическое мышление к самому себе. В начальной школе самооценка несколько снижается, и это нормальный этап развития человека. Оценки для младшего школьника – это внешняя оценка его собственных знаний, умений и навыков со стороны окружающих людей. Школа с первых дней ставит для ребёнка новые цели и задачи, которые не связаны с тем опытом, который он получал ранее в дошкольном учреждении. Обучение в школе требует мобилизации и активизации физических и интеллектуальных сил ребёнка: новый коллектив, личность педагога, изменение режима трудового дня и отдыха, непривычно длительное ограничение физической активности.

Если адаптация к условиям обучения в начальной школе происходит неблагоприятно, то такой школьник проявляет эмоциональную раздражительность, излишнюю впечатлительность, может вступать в конфликты, проявлять неадекватное поведение и агрессивность. Всё это приводит к тому, что школьная адаптация становится серьёзной проблемой для педагогической практики. В результате школьной дезадаптации у первоклассников снижается учебная мотивация, они не могут наладить взаимоотношения со сверстниками, в дальнейшем у них могут формироваться девиантные формы поведения.

В возрасте 6–7 лет ребёнок изменяет свою социальную роль, к которой он должен привыкнуть, и принять её. Теперь он не дошкольник, а настоящий ученик. У ребёнка в первом классе резко меняется вид деятельности: с игровой на учебную. Для снижения негативных последствий такого резкого перехода в начальной школе, педагоги часто применяют игровые виды деятельности, которые включаются в ход занятия. Социально-психологическая адаптация подразумевает и адаптацию к новому коллективу, построению коммуникации с окружающими. Эффективно выстроенные коммуникативные связи помогают быстрее адаптироваться ребенку к обучению в школе и позволяют определить позицию, которую он занимает в классе. Следует учитывать и тот факт, что с поступлением в школу принципиально изменяется и двигательная активность: ее резкое ограничение может негативно отражаться на физическом и эмоционально-психическом развитии человека. В связи с этим следует активизировать вид активности на перемене (целенаправленно), в ходе проведения физкультминуток и на уроках физической культуры. В начальной школе обязательно должны быть созданы условия, позволяющие пройти социально-психологическую адаптацию для младшего школьника на успешном уровне.

Во второй главе проводится опытно – экспериментальная работа по социально – психологической адаптации к обучению в начальной школе, описываются результаты трех этапов эксперимента.

Гипотеза исследования, согласно которой процесс социально-психологической адаптации младшего школьника будет происходить наиболее эффективно, если соблюдать следующие условия: сформированы благоприятные возможности для формирования адекватной, здоровой самооценки младшего школьника; налажен эффективный механизм взаимодействия с семьей младшего школьника; организована своевременная подготовка педагогического состава в области оказания всесторонней

помощи для первоклассников и их семей по адаптации к обучению в школе, находит подтверждение в полной мере.

Для достижения цели опытно–экспериментальной работы были достигнуты задачи:

– проведена первичная диагностика уровня социальной адаптации первоклассников к условиям обучения в школе (констатирующий этап). Общий эмоциональный фон учащихся 1 «Б» класса положительный. У большинства детей хорошее настроение, положительные эмоции в отношении посещения школы и занятий, что говорит об отсутствии нарушения адаптационного процесса. Большая часть класса не переутомляется, но явно имеются дети с признаками дезадаптации. В процессе исследования выявлены дети с низкой школьной мотивацией – 5 школьников (16,7%), а с негативным отношением к школе, то есть со школьной дезадаптацией – 4 человека (13,3%);

– по итогам результатов первичной диагностики разработана программа, направленная на устранение негативных моментов в адаптации первоклассников, проведен формирующий эксперимент (формирующий этап). Данная программа включала в себя мероприятия по трем направлениям: работа с родителями, работа с педагогами и работа с детьми (учащимися). Отдельно были проведены родительские собрания, педагогические семинары и консилиумы. Для самих первоклассников были запланированы и проведены игры и упражнения, основной целью которых было познание самого себя и принятие новой роли – школьника, а также повышение уровня коммуникативных навыков и взаимодействия с одноклассниками, в школьном коллективе;

– проведена повторная диагностика уровня социальной адаптации первоклассников к условиям обучения в школе после прохождения мероприятий согласно разработанной Программе (контрольный этап).

Проведенная коррекционная работа способствовала адаптации детей к условиям школы, что нашло свое отражение в стабилизации общего

эмоционального фона учащихся, выражающегося в хорошем настроении, положительных эмоциях в отношении посещения школы и занятий. По результатам исследования, общий уровень тревожности в классе снизился, эмоциональное состояние детей стабилизировалось. У большинства учащихся выявлен положительный эмоциональный фон, а также благоприятная обстановка в семье.

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

Таким образом, можно сделать вывод о том, что цель опытно – экспериментального исследования достигнута, гипотеза подтверждена.

Список используемой литературы

1. Александровская Э. М. Социально-психологические критерии адаптации к школе. М., 2008. 153 с.
2. Битянова М. Р. Адаптация ребенка к школе: диагностика, коррекция. Педагогическая поддержка. М.: Педагогический поиск, 1997. 256 с.
3. Булаев Д. Ю., Сахарова Т. Н. Исследование связи адаптации и субъективной оценки самоконтроля младших школьников // Казанский педагогический журнал. 2021. № 3. С. 190–195.
4. Венгер Л. А. Психологические вопросы подготовки детей к обучению в школе. М.: Просвещение, 2012. 289 с.
5. Виноградова Н. Ф. Актуальные проблемы современного начального образования // Начальная школа. 2017. № 9. С. 3-9.
6. Выготский Л. С. Собрание сочинений. Детская психология / Под ред. Д.Б. Эльконина / Акад.пед.наук. М.: Педагогика, 1984. 432 с.
7. Жулина Г. Н., Кулешова Н. В. Особенности адаптации первоклассников к школьному обучению // Сборник научных статей III Всероссийской научно-практической Интернет-конференции «Личность в культуре и образовании: психологическое сопровождение, развитие, социализация». 2015. С. 208-213.
8. Изотова Е. Г. Взаимосвязь социально–психологической адаптации и успеваемости в младшем школьном возрасте // Проблемы современного педагогического образования. 2021. № 71–2. С. 428–431.
9. Изотова Е. Г. Особенности конфликтов и эмоционального климата в начальной школе // Опыт и перспективы реализации федеральных государственных образовательных стандартов в современной школе: сборник научных статей всероссийской научно-практической конференции [18 декабря 2019 г.] / под науч.ред. Е.В. Карповой. Ярославль: РИО ЯГПУ, 2019. С. 127-132.

10. Изотова Е. Г. Школьная адаптация как фактор успешности обучения в начальных классах // Дошкольное и начальное образование: многообразие подходов: материалы научно-практической конференции «Чтения Ушинского». Ч.1. Ярославль: РИО ЯГПУ, 2019. С. 140-144.

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

12. Камакина О. Ю., Соловьева М. А. Влияние психологической готовности детей младшего школьного возраста на успешность адаптации к школьному обучению // Реализация стандартов второго поколения в школе: проблемы и перспективы: сборник научных статей шестой всероссийской интернет – конференции. Ярославль, 2016. С. 90-93.

13. Коротаева А. И., Кузьмин М. Ю. Особенности социально-психологической адаптации школьников с разной гендерной идентичностью // Педагогический имидж. 2020. № 4 (49). С. 729-742.

14. Костерина Е. М. Психологическая помощь детям младшего школьного возраста со школьной дезадаптацией // Формирование профессиональной компетентности педагога дошкольного профиля в условиях непрерывного образования: материалы международной научно–практической заочной конференции. Ярославль: РИО ЯГПУ, 2016. С. 247-248.

15. Красникова Т. В. Технология психолого–педагогического сопровождения процесса адаптации младших школьников // Проблемы современного педагогического образования. 2018. № 58–1. С. 126–129.

16. Кручинин В. А., Куимова Н. Н., Иванова И. А. Личностный потенциал развития адаптивности младшего подростка при переходе в основную школу // Вестник Мининского университета. 2016. № 2 (15). С. 1-12.

17. Леонова Е. В., Глебова Ю. Ю. Проблемы социально-психологической адаптации младших школьников с ограниченными

возможностями здоровья к условиям инклюзивного образования // Интегративные тенденции в медицине и образовании. 2016. № 1-1. С. 109-117.

18. Лыгденова Д. С. Психологическое просвещение родителей в процессе профилактики социальной дезадаптации младших школьников // StudNet. 2021. № 7. С. 55–62.

19. Лысенко А. Психологическая адаптация первоклассников к школе // Учитель. 2016. № 4. С. 22-24.

20. Матюшичева М. И. Креативность и социально-психологическая адаптация в младшем школьном возрасте // Научное мнение. 2017. № 9. С. 76-82.

21. Матюшичева М. И. Социально-психологическая адаптация младших школьников в различных условиях обучения // Проблемы современного педагогического образования. 2018. № 60-3. С. 449-452.

22. Об образовании в Российской Федерации. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (последняя редакция от 28.09.2021) [Электронный ресурс]: URL: <https://fgos.ru> (дата обращения: 01.02.2022).

23. Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования. Приказ Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021 г № 286 [Электронный ресурс]: URL: <https://base.garant.ru/400907193/> (дата обращения: 30.01.2022).

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

25. Семенова Т. С. Изучение самочувствия и эмоционального состояния первоклассников в период адаптации к школе // Начальная школа плюс До и После. 2014. № 8. С. 13-15.

26. Степанова Н. А., Кузьмина А. В. Особенности социально-психологической адаптации соматически ослабленных школьников // Вестник науки и образования. 2018. № 17-2 (53). С. 68-70.

27. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г № 996-р.

28. Хухлаева О. В. Коррекция нарушений психологического здоровья дошкольников и младших школьников. М., 2003. 172 с.

29. Чукмаева Г. Р. Социально-психологическая адаптация школьников к обучению в среднем звене школы // Научный потенциал. 2020. № 4 (31). С. 107-109.

30. Ширшова Л. В. Особенности адаптации первоклассников к обучению в начальной школе // Молодой ученый. 2020. № 25(315). С. 432–433.

31. Шумаков В. А., Дубровина Д. А., Платонова А. В. Социально–психологическая адаптация младших школьников к обучению в школе как условие их эмоционального благополучия // Психология. Психофизиология. 2019. № 4. С. 63–70.

32. Эхаева Р. М., Тухиева К. Х. Научно–теоретические основы изучения особенностей адаптации младших школьников к учебной деятельности // Мир науки, культуры, образования. 2021. № 5(90). С. 150–153.

Приложение А

Сводные данные исследования

Таблица А.1 – Сводная таблица полученных данных при опросе классного руководителя и родителей учащихся

ФИО *	Настроение ребенка		Контакты сверстниками		Познавательная активность		Дисциплина		Реакция агрессии, гнева		Страх		Двигательная активност ь		Общее самочувствие		Успеваемость		Общая сумма баллов		Уровень адаптации **	
	Р	П	Р	П	Р	П	Р	П	Р	П	Р	П	Р	П	Р	П	Р	П	Р	П	Р	П
1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	14	14	В	В
2	1	2	1	1	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	17	18	С	С
3	7	6	3	4	4	4	5	5	1	5	5	5	3	3	3	4	4	5	35	41	Д	Д
4	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	1	2	2	2	1	1	1	2	16	19	В	С
5	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	1	2	2	2	1	1	1	2	16	19	В	С
6	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	2	1	1	2	2	1	1	12	12	В	В
7	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	4	4	3	2	1	1	2	2	21	21	С	С
8	2	3	2	2	2	3	3	3	3	5	1	1	3	2	1	1	1	2	18	22	С	С

Продолжение Приложения А

Продолжение таблицы А.1

ФИО *	Настроение ребенка		Контакты с родителями		Познавательная активность		Дисциплина		Реакция агрессии, гнева		Страх		Двигательная активност ь		Общее самочувствие		Успеваемость		Общая сумма баллов		Уровень адаптации **	
9	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	15	15	В	В
10	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	15	15	В	В
11	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2	1	1	2	1	1	1	11	12	В	В
12	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	4	2	2	23	24	С	С
13	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	5	2	2	1	1	2	2	19	22	С	С
14	4	4	4	4	4	4	3	5	3	3	5	5	3	3	1	1	2	3	29	32	Д	Д
15	3	3	3	3	3	3	2	3	1	5	3	3	2	2	2	2	2	2	21	26	С	Д
16	3	5	3	3	3	2	2	3	3	4	3	3	2	2	1	1	2	2	22	24	С	С
17	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	21	21	С	С

Продолжение Приложения А

Окончание таблицы А.1

Ф.И.О. *	Настроение ребенка		Контакты с сверстниками		Познавательная активность		Дисциплина		Реакция агрессии, гнева		Страх		Двигательная активность		Общее самочувствие		Успеваемость		Общая сумма баллов		Уровень адаптации ***	
	Р	У	Р	У	Р	У	Р	У	Р	У	Р	У	Р	У	Р	У	Р	У	Р	У	Р	У
18	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	1	1	2	3	18	20	С	С
19	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	1	1	2	2	19	19	С	С
20	1	1	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	13	15	В	В
21	1	1	1	1	2	2	1	2	2	2	1	2	1	1	1	1	2	2	12	14	В	В
22	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	1	20	19	С	С
23	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	11	10	В	В
24	7	7	4	4	3	4	3	3	4	5	5	5	3	3	3	4	4	5	36	40	Д	Д
25	3	3	3	3	3	3	3	5	3	5	1	1	3	2	1	1	3	3	23	26	С	Д
26	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	2	2	14	15	В	В

Р – родители, У – учитель, *- номер в графе соответствует номеру учащегося по журналу.

Приложение Б

Показатели благоприятной адаптации



Рисунок Б.1 – Показатели благоприятной адаптации

Приложение В

Комплексная работа с родителями

Познакомить родителей с составляющими готовности детей 6-7 лет к обучению в школе

Расширить представления родителей возрастных психофизических особенностях детей 6-7 лет

Обогатить педагогический опыт родителей разнообразными методами и приемами формирования готовности детей к школьному обучению, дать родителям полезные советы и рекомендации

Рисунок В.1 – Цели родительского собрания–практикума

Знакомство с родителями и информирование о требованиях школы, иб образовательной программе

Укрепление связи с родителями, привлечение их к совместной деятельности

Решение организационных проблем: новое предметное окружение и здоровье школьника

Минимизация адаптационных проблем на старте: родители и дети - переход в новый статус

Рисунок В.2 – Цели родительского собрания

Продолжение Приложения В

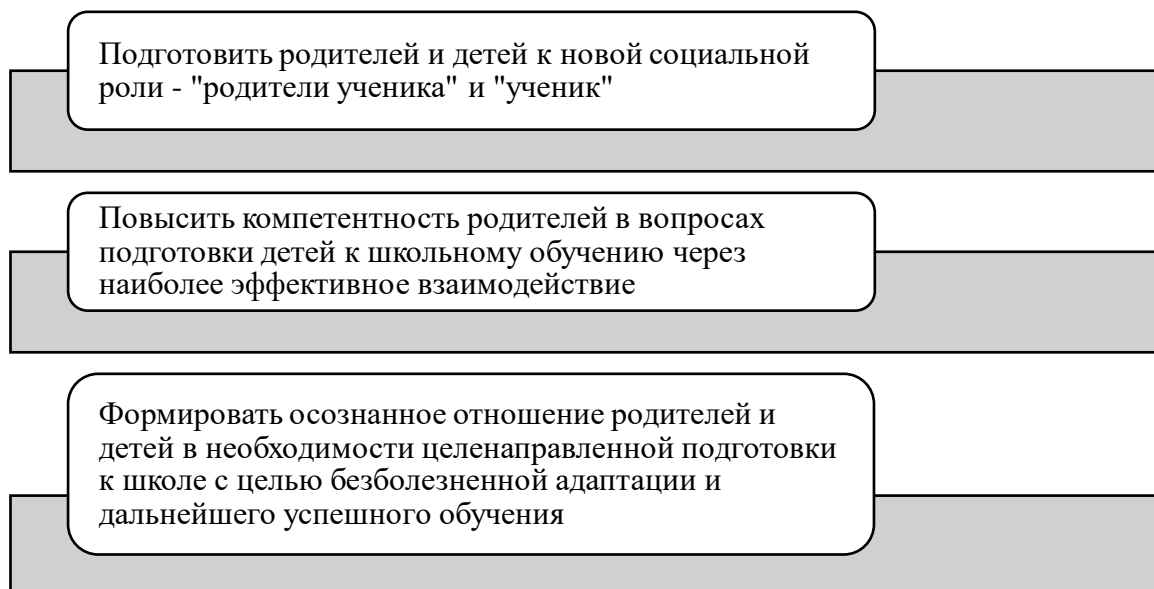


Рисунок В.3 – Цели круглого стола для родителей



Рисунок В.4 – Структура «круглого стола» для родителей и учителей

Приложение Г

Комплексная работа с педагогами

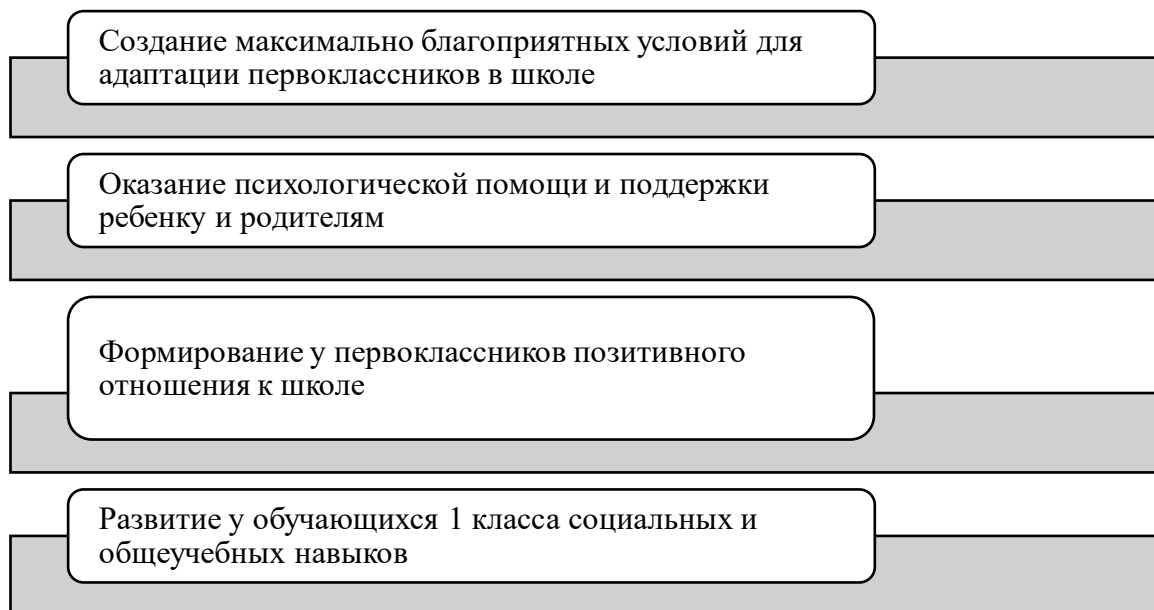


Рисунок Г.1 – Задачи Педагогического консилиума

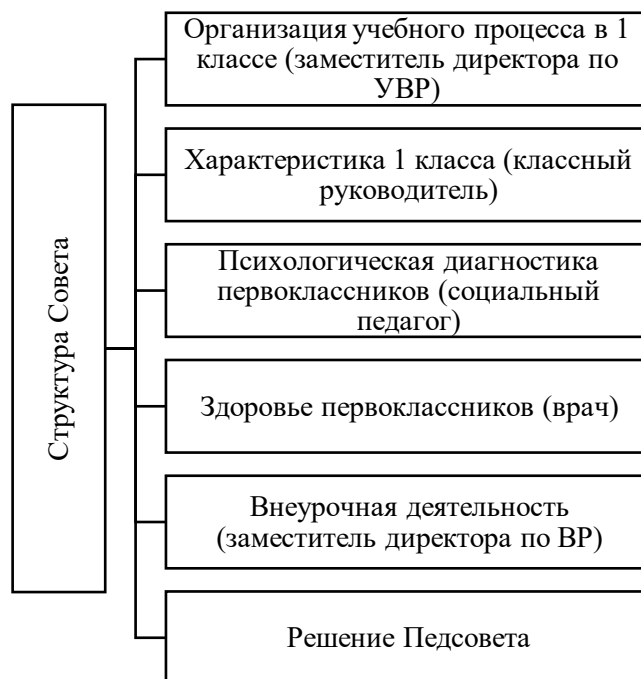


Рисунок Г.2 – Структура проведения Педагогического совета

Приложение Д
Комплексная работа с первоклассниками

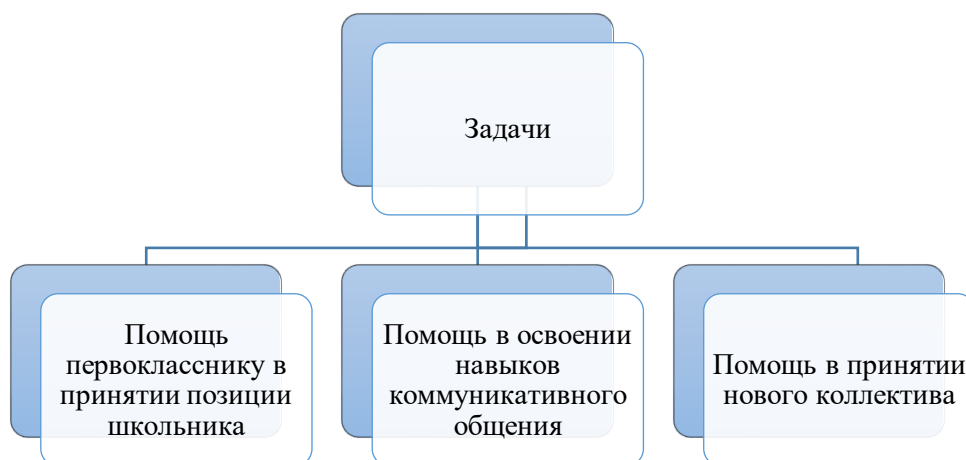


Рисунок Д.1 – Задачи упражнения «Город понимания» для первоклассников

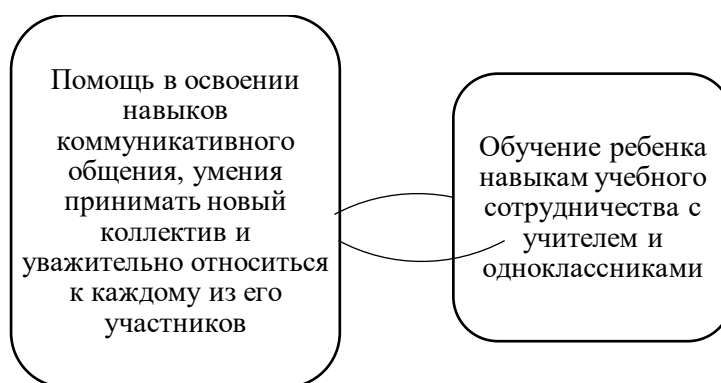


Рисунок Д.2 – Задачи игры «Цветик» для первоклассников

Продолжение приложения Д

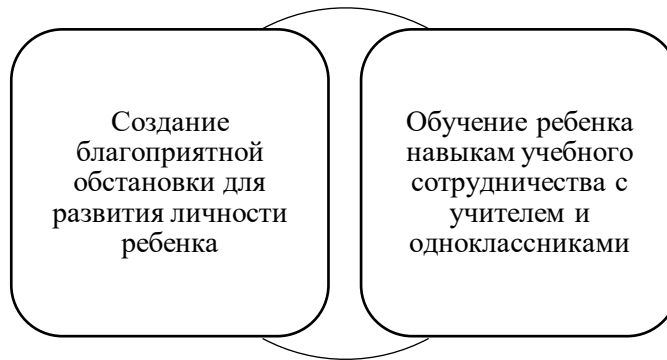


Рисунок Д.3 – Задачи игры «Волшебный лес» для первоклассников