

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

Гуманитарно-педагогический институт

(наименование института полностью)

Кафедра «Дошкольная педагогика, прикладная психология»

(наименование кафедры)

37.03.01 Психология

(код и наименование направления подготовки, специальности)

## БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА

на тему **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ АДАПТАЦИИ  
ПЕРВОКЛАССНИКОВ К ОБУЧЕНИЮ В ШКОЛЕ**

Студент

М.А. Федорова

(И.О. Фамилия)

(личная подпись)

Руководитель

В.В. Пантелеева

(И.О. Фамилия)

(личная подпись)

**Допустить к защите**

Заведующий кафедрой д.п.н., профессор О.В. Дыбина

(ученая степень, звание, И.О.Фамилия)

(личная подпись)

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Тольятти 2019

## Аннотация

Бакалаврская работа рассматривает актуальную проблему психологических условий адаптации первоклассников к школьному обучению.

Выбор темы обусловлен проблемой дезадаптации младших школьников.

Целью работы является исследования психологических условий адаптации первоклассников.

Бакалаврская работа основана на гипотезе, согласно которой адаптация детей при поступлении в школьное учреждение будет более успешной, если у ребенка будет сформирован навык социального взаимодействия со сверстниками.

В ходе работы решаются следующие задачи: изучение теоретической части проблемы дезадаптации; выявление уровня адаптации детей к школьному обучению; на основе теоретической части определить психологические условия успешной адаптации первоклассников к школе; разработать и провести игровые упражнения с детьми в адаптационный период, которые позволили бы реализовать выявленные нами условия, проверить их эффективность.

Бакалаврская работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемой литературы (49 наименований), 1-го приложения. Текст проиллюстрирован 2 таблицами и 4 рисунками.

## Оглавление

Введение .....	4
Глава 1. Теоретические аспекты исследования проблемы адаптации первоклассника к обучению в школе.....	7
1.1 Исследование проблемы адаптации, социальной адаптации .....	7
1.2 Психологические и физиологические особенности детей, поступающих в школу.....	16
1.3 Психологические условия, влияющие на адаптацию детей к школьному обучению .....	22
Выводы по первой главе .....	28
Глава 2. Эмпирическое исследование условий адаптации первоклассников к обучению в школе.....	29
2.1 Организация и методы исследования .....	29
2.2 Выявление уровня адаптации первоклассников к обучению в школе .....	32
2.3 Разработка и проведение программы повышения уровня адаптации младших школьников .....	41
2.4 Анализ полученных результатов .....	46
Выводы по второй главе .....	49
Заключение .....	50
Список используемой литературы .....	52

## Введение

Поступление в школу – это новый этап в жизни ребенка. Так же поступление в школу обуславливается сменой вида игровой деятельности на учебную. Педагоги, родители и психологи прилагают массу усилий, чтобы: сделать этот процесс менее трудным и безболезненным; развить в детях интерес к обучению, чтобы процесс стал более эффективным и приятным. Особое внимание при этом уделяется психическому здоровью ребенка и гармоничному развитию его личности. Это хорошо заметно на примере образования новых направлений психологических наук: детской практической психологии, школьной психологии, профилактического направления детской и подростковой медицинской психологии [3, с. 64].

Проблема дезадаптации возникает тогда, когда социопсихологический и психофизический статус первоклассника не соответствует школьным требованиям к обучению, овладение, которым становится, для ребенка, слишком затруднительным или совсем невозможным. (М.Ю. Кистяковская, Л.С. Выготский, Г.Г. Кравцов, А.П. Сманцер, Н.Н. Куинджи и др.).

Проблема адаптации является одной из основных проблем в организации успешного обучения школьников, поэтому изучением этой проблемы занимались многие научные деятели. В педагогике, это такие деятели, как: Ш.А. Амонашвили, Г.А. Белов, Е.Д. Гранкина, Е.А. Кудрявцева, И.П. Подласый, А.П. Сманцер, В.Г. Щур, Е.А. Ямбурги и многие другие. В медицине это процесс изучался Н.К. Барсуковой, Г.В. Бородкиной, Е.К. Глушковой, Л.А. Ждановым и т. д.. Известные физиологи и психологи, которые сделали большой вклад в изучение данной проблемы: И.А. Аршавский, П.К. Анохин, М.В. Григорьева, М.Ю. Кистяковская, В.А. Кудрявцев, Л.А. Ясюкова и многие другие.

Причины нарушений адаптации, типы дезадаптивного поведения, пути профилактики и коррекции дезадаптации школьников исследовали Б.Н. Алмазов, С.А. Беличева, Ж.М. Грюзман, А.К. Мункоев.

Адаптированность к школьным условиям – является главным фактором, влияющим на успешность обучения первоклассников. Новый коллектив, смена обстановки, непривычный режим дня – все это предъявляет большие требования, к еще неустойчивой, психике ребенка и требует от него активного приспособления к новой общественной организации. У многих детей процесс проходит очень болезненно – в связи с неготовностью к школьному обучению, по ряду самых различных на это причин. По мнению А. А.Люблинской: «Современная школа предъявляет к ребенку жесткие, даже завышенные требования. Это зависит от системы обучения. Многие педагоги признают, что перегруженность учебных программ – бич современной школы. Проблема развития младшего школьника фактически решается, как правило, за счет его же и без того ограниченных физических и психических ресурсов и адаптационных возможностей» [27, с. 24].

Актуальность перечисленных проблем определила выбор темы исследования.

**Цель исследования:** выявить психологические условия адаптации первоклассников.

**Объект исследования:** адаптация детей к обучению в школе.

**Предмет исследования:** психологические условия адаптации первоклассников к школе.

**Гипотеза исследования:** психологическим условием адаптации детей поступающих в первый класс является развитие навыков социального взаимодействия со сверстниками.

**Задачи исследования:**

1) Изучить и проанализировать психологическую литературу по теме исследования.

2) С помощью диагностического инструментария определить уровень адаптации детей к школе.

3) Определить психологические условия успешной адаптации первоклассников к школе.

4) Разработать психологическую программу коррекционно – развивающих игр провести ее с детьми в адаптационный период, позволяющий реализовать выявленные нами условия, проверить их эффективность.

#### **Методы и методики исследования:**

1. Методы теоретического анализа, систематизации, обобщения научных источников по теме.

2. Констатирующий, формирующий и контрольный эксперимент с применением следующих психодиагностических методик

– анкетирование (анкета школьной адаптации Н.Г. Лускановой);

– тестирование (рисуночный тест «Краски» Г.Ф. Кумариной);

– беседа.

**Практическая значимость** заключается в том, что полученные данные, о проблеме адаптации, помогут детскому психологу в составлении и применении развивающих игр и упражнений, в практике его работы в школьном учреждении.

Выборка исследования: в исследовании принимали участие учащиеся 1 «В» класса, в возрасте 6 – 8 лет, всего было обследовано 14 первоклассников.

Эмпирическая база: АНО «Православная классическая гимназия» г. Тольятти.

Выпускная квалификационная работа состоит из введения, теоретической и эмпирической главы, исследования, выводов, заключения, списка использованной литературы.

# **Глава 1. Теоретические аспекты исследования проблемы адаптации превоклассника к обучению в школе**

## **1.1 Исследование проблемы адаптации, социальной адаптации**

Понятие слова «адаптация» имеет различные значения, в зависимости от того, биологические или социальные ее аспекты рассматривают в конкретном исследовании.

С биологической точки зрения, адаптация – (от лат. adaptation – приравнивание, привыкание) – это благоприятное приспособление к окружающей среде, действительности.

Если брать социальные аспекты, то тут адаптация – это приспособление к новому социуму, нормам поведения в коллективе.

Кроме того, что процесс адаптации имеет разную терминологию, он также поделен на внутреннюю и внешнюю адаптацию.

Внутренняя адаптация имеет разновидности:

– адаптация, направленная на разрешение внутренних конфликтов и других внутренних проблем личности;

– структурная адаптация, в узком смысле – процесс координирования какого – либо механизма с теми уже образованными механизмами, с которыми он составляет комплекс;

– структурная адаптация в широком смысле – приспособление ее механизма или комплекса ко всей структуре личности [3, с. 84].

Для понимания сущности процесса адаптации важным представляется вопрос о соотношении понятий социальной адаптации и социализации.

Первооткрывателем в изучении процесса адаптации стал известный психолог Ж. Пиаже, который стал рассматривать данный процесс – как взаимодействие личности с социальной средой окружения. На территории

советского государства, его труды получили дальнейшее развитие благодаря выдающемуся русскому психологу А.Н. Леонтьеву.

А.Н. Леонтьев считал, что дошкольный возраст – это период первоначально фактического склада личности. Именно в этот период происходит становление основных личностных новообразований и механизмов, а также запускается развитие познавательных и эмоционально – личностных сфер жизни ребенка [26, с. 84].

Как писал выдающийся ученый А.В. Запорожец, по своим наблюдениям, что только отношение к детству, как к самоценному времени жизни ребенка, делает его в будущем полноценным школьником, формирует у него самостоятельность, ответственность, инициативность, компетентность и другие положительные качества, которые пригодятся ему в дальнейшем обучении.

Одна из наиболее актуальных проблем в начальной школе – это успешная реализация данных положений, связанных с проблемой школьной адаптацией у первоклассников. Нужно понимать, что одна из главных причин снижения адаптации, всё-таки в слабом здоровье и отклонении его в психосоматическом развитии. В образовательной политике нашего государства, сохранение здоровья является приоритетным направлением. Однако при поступлении в школу и в процессе школьного обучения у многих младших школьников наблюдается ослабленное состояние здоровья.

Исследования, которые проводила физиолог М.М. Безруких, показало, что 20 – 25 % детей имеют, на момент поступления в школу, хорошее состояние здоровья. А по данным диспансеризации только 10 % являются в действительности, полностью здоровыми. Остальные 90 % имеют отклонения в психическом и физическом здоровье. 30 – 35 % первоклассников, на момент поступления в школу, уже имеют в медицинских карточках записи о хронических заболеваниях.



Многие из этих 90 % детей, имеющих отклонения от нормы, не справляются с предложенной стандартной программой обучения. Эти учащиеся нуждаются в особом внимании и контроле со стороны учителей, медиков и психологов школы, так, как хроническое отставание от школьной программы может привести к серьезным последствиям в обучении и отрицательно сказаться на личностное и интеллектуальное развитие школьника. В ряде случая ребенку необходима помощь, в виде индивидуальной психолога – педагогической коррекционной программы, которая предполагает знания факторов, вызывающих неуспеваемость [7].

К счастью, на сегодняшний период времени, в педагогике активно разрабатывается концепция адаптивной модели школьного обучения, которая учитывает уровень индивидуальных адаптационных возможностей современных учащихся. Е.А. Ямбург, считал, что каждая школа должна быть ориентированной на индивидуальные способности и потребности своих воспитанников.

Процесс адаптации идет параллельно с процессом мотивации, они имеют прямую связь друг с другом. В ряде случаев, при наблюдении дезадаптации у школьников, наблюдается, также, и низкая мотивация к обучению. Высокий же уровень мотивации будет указывать на то, что адаптационный процесс протекает успешно. Мы делаем вывод, что мотивация является одним из главных критериев уровня адаптации. Помимо мотивационной сферы, есть еще масса причин, от которых зависит успешность рассматриваемого нами процесса.

Адаптация школьника – это достаточно длительный процесс, который протекает от 5 до 6 недель, при благоприятных условиях, которые будут способствовать успешности.

Период адаптации протекает в несколько этапов:

- ориентировочный (фаза острой адаптации);
- фаза подострой адаптации;

— компенсаторная фаза.

Ориентировочная фаза характерна бурным реагированием на новые изменения в привычном устое жизни, напряжением всех систем органов. Длиться она примерно от 10 дней до 2 недель.

Фаза подострой адаптации протекает от 1 до 2 недель. Ребенок начинает находить новые пути для решения сложившихся проблем, подстраивается под новую, для него, систему. Бурные реакции начинают постепенно стихать, вместе с этим уходит и постоянно сопровождавшее напряжение.

Компенсаторная фаза. Напряжение уходит. Организм научился правильному реагированию на непривычные ситуации и действует по уже изученному алгоритму.

Тема нашей работы обязывает рассмотрение понятия адаптации в системе школы.

У школьной адаптации есть свои компоненты. Один, из которых, уже был ранее нами рассмотрен – мотивационная сфера, помимо нее также входят когнитивный, поведенческий и эмоциональный компоненты. Если один из них будет нарушен, то может возникнуть обратный процесс процессу адаптации – дезадаптация.

Школьная дезадаптация – это образование неадекватных механизмов приспособления к школе в форме нарушения учебы и поведения, конфликтных отношений, психогенных заболеваний и реакций, повышенного уровня тревожности, искажений в личностном развитии.

Ложное убеждение, что симптомы дезадаптации могут наблюдаться только у детей, имеющих различные медицинские диагнозы. Здоровые дети также подвержены данному процессу, если у них плохо сформирован один из компонентов адаптации.

Перейдем к фактору возникновения дезадаптации. Факторов, способствующих обратному процессу адаптации достаточно много. Они

могут носить как физиологический, так и социально – психологический характер.

К физиологическим факторам относят:

1. Дефекты устной и письменной речи, как системы восприятия и донесения информации.
2. Соматическая озлобленность здоровья, частые признаки болезни.
3. Психомоторное расстройство – нарушение движений, мимики лица.

К социально – психологическим можно отнести:

1. Неблагополучная домашняя обстановка.
2. Психическая депривация – лишение всего, что предоставляло возможность удовлетворения психических потребностей.
3. Педагогическая запущенность.
4. Индивидуальные отрицательные качества личности ребенка.

Большую роль в успешности адаптационного периода играет возраст ребенка, на момент которого, он познакомился с системой школьного обучения. По данным ученых – физиологов, лучший возраст для поступления в школу – 6, 5 – 7 лет, именно в этот период у ребенка начинает формироваться отделы коры головного мозга, отвечающие за регуляцию собственного поведения. Кроме того, на этот возрастной этап жизни ребенка приходится второй физиологический кризис (изменение эндокринной системы). Ребенок становится заложником, не только новой, для него социально – значимой, системы, но и собственного организма.

Пожалуй, поступление в школу – это самый важный момент в жизни маленького человека. Но и здесь не обходиться без трудностей. К проблемам или трудностям, связанным с самим фактором поступления в школу.

- 1) Трудности, связанные с перестройкой режима дня. Наиболее значимы они для детей, которые ранее не посещали дошкольные учреждения. Сложность состоит вовсе не в раннем подъеме, как это может

предполагаться, а в том, что у таких детей чаще наблюдается отставание в развитии произвольной саморегуляции поведения и организованности своих действий.

2) Трудности, связанные с налаживанием межличностных взаимоотношений с новым, для ребенка, коллективом. Такие проблемы более выражены у тех детей, которые не имеют достаточного опыта нахождения в детском коллективе.

3) Трудности в построении межличностного контакта и доверительного отношения с учителями, классным руководителем.

4) Трудности, обусловленные резким изменением домашней обстановки и эмоционального микроклимата в семье ребенка.

Ребенку приходится приложить массу усилий, чтобы вжиться в новую для него социальную роль – ученика. Необходимо выстроить системы взаимоотношения с новыми для него людьми (одноклассниками, учителями), перестроить свой привычный режим, не проявлять двигательной активности в течение сорока минут, пока не закончится урок, регулировать свое поведение, стараться удерживать концентрацию внимания на учебной деятельности. Все это является большой трудностью для маленького, семилетнего ребенка.

При поступлении в школу у него появляются совершенно иные обязанности, чем были годом ранее, когда он посещал детский сад. Ему приходится получать новые знания и стараться удержать их в своей памяти. Учебная деятельность занимает большую часть времени его новой жизни. На смену игровой деятельности приходит учебная, а так охота еще поиграть с товарищем в песочнице. Поэтому часто в первом классе дети приносят в школу игрушки, которые тайком кладут в портфели, чтобы родители не смогли вытащить их из школьного рюкзака.

Научиться учиться – главная задача, на данном возрастном этапе жизни ребенка. Но на пути любых задач встречаются свои трудности [37, с. 84].

Адаптация к школе является многоплановым процессом. Ее составляющие – это физиологическая и социально – психологическая адаптация, будь то учителя или одноклассники.

Организм первоклассника, постепенно привыкая к новым для него правилам и требованиям, проходит несколько этапов адаптации:

Первый этап – это этап ориентировочный, когда в ответ на весь комплекс новых воздействий, связанных с началом систематического обучения, бурной реакцией и существенным напряжением отвечают практически все системы человеческого организма. Это так называемая «физиологическая буря» протекает достаточно длительное время, примерно 2, 5 – 3 недели.

Второй этап – неустойчивое приспособление, когда организм находится в поиске приемлемых (или более оптимальных) вариантов реакций на эти воздействия. Если на первом этапе организм совершенно не экономит свои ресурсы и тратит их не все. В связи с этим учителю важно осознавать, что организм ребенка платит слишком большую «цену» в этот период. На втором этапе бурные реакции начинают постепенно стихать.

Третий этап – этап относительно устойчивого приспособления, когда организм находит наиболее подходящие варианты реагирования на нагрузку, требующую минимального напряжения всех систем [21, с. 87].

Какую бы работу не выполнял школьник, статическая нагрузка, которую испытывает организм при вынужденной «сидячей» позе, или психологическая нагрузка общения в большом коллективе, каждая из систем организма реагирует своим напряжением. Чем больше напряжения потребует от каждой системы, тем больше ресурсов израсходует организм. К сожалению, возможности организма ребенка отнюдь не безграничны, а длительное функциональное напряжение и связанные с ним утомление и переутомление могут привести к нехорошим последствиям, таким, как нарушение самочувствия маленького человека.

Продолжительность всех трех фаз адаптации приблизительно 5 – 6 недель, т. е. этот период, продолжается до середины первой учебной четверти. Наиболее сложным в этом периоде является отрезок с первой по четвертую неделю.

Высокое функциональное напряжение, которое испытывает организм первоклассника, определяется тем, что эмоциональные и умственные нагрузки сопровождаются длительным статическим напряжением, связанным с сохранением определенного сидячего положения на протяжении одного урока. Статическая нагрузка наиболее утомительна для детей 6 – 7 лет, так как им приходится высиживать длительное время в «закрепленной» позе. На письменных уроках необходимо длительное напряжение спинных мышц, которые слаборазвиты у категории детей этого возраста. Так же, при самом процессе письма, идет сильная нагрузка на все мышцы руки (начиная от пальцев и заканчивая кистью). Особенно утомительным является безотрывное письмо.

Перейдем к понятию социально – психологическая адаптация. «Социально – психологическая адаптация – это процесс перестройки поведения ребенка в новых для него условиях» [48, с. 84].

Процесс социально – психологической адаптации многогранный, включающий в себя формирование средств и способов поведения, направленных на овладение учебной деятельностью и эффективное взаимодействие с новой социальной средой.

Для успешной адаптации, с первого дня своего обучения в школе, ребенок должен начинать осваивать несколько сфер жизнедеятельности: учебную сферу, построение гармоничных отношений с одноклассниками и классным руководителем, формирование адекватных реакций на конкретные задачи и цели.

Попадая в новые для себя условия жизнедеятельности, все учащиеся чувствуют себя совершенно по-разному.

Исследования, которые проводила Г. М. Чуткина было выявлено три уровня адаптации детей к школе: высокий, средний и низкий.

Высокий уровень адаптации характеризуется положительным отношением к учебному процессу и к школе как таковой. Учебный материал усваивается легко. Ребенок глубоко овладевает программой, имеет много различных грамот и сертификатов по разным учебным дисциплинам, принимает активное участие во всех конкурсах. К поручениям со стороны учителя и родителей относятся должным образом. Конфликтных ситуаций с одноклассниками или классным руководителем не имеет. Старается дружить со всеми ребятами. В большинстве случаев такие дети имеют статус лидера в школьном коллективе. Такой ученик прилежен, опрятен и предъявляет к себе высокие требования, старается им соответствовать.

Имея средний уровень адаптации, ученик охотно идет в школу, общается со своими сверстниками, имеет маленький круг друзей – одноклассников, с которыми поддерживает хорошие отношения и за пределами школьных стен. При напоминании родителей выполняет требования учителей. На уроках старается самостоятельно решать типовые задачи, которые требуют закрепления уже изученного навыка. Хорошо усваивает школьную образовательную программу. Удерживает внимание на объяснении нового материала, только в том случае, если новая информация для него интересна и значима, в остальных случаях требует постоянного контроля со стороны преподавателя. Общественные поручения учителя выполняет старательно и добросовестно. Серьезных проблем с поведением не имеет.

На низкий уровень школьной адаптации указывает частое плохое самочувствие ребенка, особенно по утрам, когда предстоит идти в школу. Подавленное настроение, отказ от выполнения поручений учителя, нарушение дисциплины и частые конфликтные ситуации с одноклассниками. Материал, который объясняет учитель, усваивает неохотно, не проявляя

никакого интереса к выполнению заданий. Воспитание носит характер постоянно контроля. Родителям систематично приходится напоминать о необходимости выполнения домашнего задания. Со стороны учителя требуется постоянная помощи и эмоциональная поддержка. Отношения с одноклассниками не складываются, постоянно ссорится с ребятами и впоследствии становится замкнутым и необщительным.

Многие родители стремятся отдать ребенка в школу в шестилетнем возрасте, не понимая, что этим они допускают очень грубую ошибку. Один год имеет важное значение в физическом, психофизическом и конечно, психическом развитие ребенка. Ученые имеют на этот счет свое мнение – оптимальный возраст поступления ребенка в школу 6, 5 – 7 лет. Потому, что в этот год формируются различные психологические новообразования, которые помогут сделать обучение в школе более успешным: регуляцию своего поведения, логически – образное мышление, происходит понимание социальных норм и обязанностей [7].

## **1.2 Психологические и физиологические особенности детей, поступающих в школу**

Младший школьный возраст – это последняя ступень на пути выхода из детства. Ребенку еще присуще много личностных качеств, которые являются детскими: наивность, доверчивость, взгляд на взрослого снизу-вверх. Но к началу возрастного перехода начинает утрачиваться детская непосредственность, начинает меняться логика мышления. Учеба, в этот период, становится ведущей деятельностью. Поступая в первый класс, ребенок обретает новый для него статус и одновременно овладевает знаниями, умениями и навыками. Весь привычный уклад жизни ребенка начинает резко меняться и приобретает новый, для него, характер. К нему приходит осознание своего места в мире общественных отношений. Он



открывает для себя новое значение социальной позиции – позиция школьника, которая, по мнению взрослых, носит в себе характер высоко значимой учебной работы. Желание занять свое место появляется не сразу, так как в первом классе отсутствует система оценивания, но на второй год обучения в школе у учащегося эта позиция начинает активно формироваться, она коренным образом меняет его самосознание.

Изменение самосознания приведет ребенка к переоценке ценностей то, что было ранее значимым для него, сейчас не имеет веса и является второстепенным. Старые интересы, которые ранее побуждали к действиям, теряют свою силу и на смену им приходят новые. Оценивание в учебной жизни становится для ребенка важным и ценным, игра перестаёт быть значимой и уходит на второй план [38, с. 74].

Перестройка эмоционально – волевой сферы не ограничивается появлением новых мотивов и сдвигами, перестановками в иерархической мотивационной системе. В кризисный, для ребенка, период происходит сильное изменение в плане переживаний, они начинают сильно меняться, если сравнивать их с теми, что были в дошкольном возрасте. К концу шести лет ребенок начинает постепенно осознавать причины своих переживаний, что впоследствии помогает образовывать устойчивые аффективные комплексы [38, с. 75].

Поступая в первый класс, ребенок автоматически занимает совершенно новое место в системе отношений людей: у него появляются постоянные обязанности, связанные с учебной деятельностью [5].

Новая социальная сложившаяся ситуация требует от школьника новой, для него, деятельности – учебной. Поступая в первый класс у ребенка эта деятельность еще несформированна, а формироваться она начнет, когда ребенок научится учиться. Именно это и будет являться главной задачей младшего школьного возраста.

На пути формирования личности школьника встречается главная для него трудность: мотив, с которым ребенок приходит в школу – выполнять социальную – значимую роль, несоответствует с тем, что в школе ему необходимо развивать познавательную мотивацию.

Начало нового периода уходит корнями в кризис 6-7 лет, когда ребенок сочетает в себе черты дошкольного и младшего школьного детства. У дошкольника имеются две сферы социальных отношений – «ребенок – взрослый» и «ребенок – дети». В школе возникает новая структура этих отношений «ребенок – взрослый» дифференцируется на «ребенок – учитель» и «ребенок – родитель».

Отношение «ребенок – учитель» выступает для ребенка отношением «ребенок – общество» и начинает определять отношения ребенка к родителям и отношения с другими детьми. Если в семейных взаимоотношениях и в детском саду имеется асимметрия, то в школе в учителе воплощены требования общества, существует система одинаковых эталонов, одинаковых мер для оценки всех и каждого.

Ребенок очень внимательно эмпатично относится к любым действиям учителя, если он замечает, что учитель выделяет конкретных учеников, а его в этом списке нет, то рушится весь его ореол, с которым он поступал в первый класс. В первое время дети стремятся точно следовать указаниям учителя, если учитель по отношению к правилам допускает лояльность, то и правило разрушается изнутри.

Специфика учения – в присвоении научных знаний. Основную часть содержания учебной деятельности составляют научные понятия, законы, общие способы решения практических задач. Именно поэтому условия формирования и осуществления учебной деятельности создаются только в школе, а в других видах деятельности создаются только в школе, а в других видах деятельности усвоения знаний выступает как побочный продукт в виде житейских понятий. В игре, например, ребенок стремится лучше выполнить

какую – нибудь роль, и усвоение правил ее выполнения лишь сопутствует основному стремлению. И только в учебной деятельности усвоение научных знаний, умений и навыков выступает как основная цель и главный результат деятельности. Ребенок под руководством учителя начинает оперировать научными понятиями.

Учебная деятельность будет сопровождать ребенка на протяжении всех лет обучения в школе, но только на первых ступенях, она начинает формироваться – и будет являться ведущей.

В возрасте 6 – 7 лет происходят психофизические изменения в организме. Интенсивно развивается опорно – двигательная и сердечно – сосудистая системы. Изменяются пропорции тела, меняет регуляцию кровообращения – становится более совершенной. И самое главное – интенсивно развивается мозг. Все это заставляет ребенка испытывать дискомфорт, поэтому нередко учитель или родитель слышат подобные жалобы: рука устала писать, я очень устал, болит спина и т. д.

Высшая - нервная система на данном возрастном этапе подходит к концу свое формирования, организ ребенка перестраивается, развивается, растет.

По данным ученых физиологов, проводимые исследования показали, что в возрасте 7 лет у ребенка очень развита визуальная память. Именно посредством ее он усваивает большой процент нужной информации. Поэтому, учителям на уроке, в начальной школе, просто необходимо сопровождать объяснение материала наглядным материалов.

Перечень критериев здоровья на период поступления в школу ( 6, 5-7 лет).

Интеллектуальное развитие:

- есть «багаж» знаний об окружающей среде, быте и т. д.;
- уметь проследить причинно – следственную связь;
- проявление интереса в процессе узнавания нового.

Речевое развитие:

- словарный запас примерно составляет 6, 5 т. слов;
- могут пересказать услышанную информацию;
- знают все звуки родного языка;
- строят небольшие предложения, используя предлоги и союзы.

Социальное развитие:

- могут рефлексировать свое поведение;
- стремятся быть полезными, чтобы заслужить похвалу;
- могут индифицировать окружающую обстановку;
- не испытывают трудностей в коммуникации со взрослыми и сверстниками.

Также должно быть развито неустойчивое произвольное внимание, и умение быстрого его переключения с одного объекта на другой, способность к произвольному и произвольному запоминанию. Что касается процесса мышления: шестилетки должны уметь различать форму, цвет нахождения предмета в пространстве, находить различия, и уметь выцеплять часть из общего. Так для этого возраста характерны такие навыки организационной деятельности, как: планирование своей деятельности, пусть еще и в хаотичном порядке; следование инструкциям, особенно это заметно во время проведения игр; Нахождения своих ошибок и исправления их [13, с. 35].

По современным представлениям, доминирование функций левого полушария создает условия для формирования и функционирования абстрактного (вербально логического) способа переработки информации, произвольной регуляции высшей психической деятельности, осознанности психических функций и состояний [44, с. 69].

Таким образом, в возрастном интервале от 6-7 до 9-10 лет происходит существенные изменения в общем характере взаимодействия полушарий, в

результате которых у детей возрастаются возможности произвольной осознанности регуляции своего поведения и высших психических функций.

Возрастает подвижность нервных процессов: в возрасте 6 – 7 лет возбуждение доминирует над торможением. Постепенно выравниваются эти процессы начинают только к 3 классу. Так. В данный возрастной период оказываются ярко выраженными индукционные отношения между возбуждением и торможением, и при этом отмечается способность последовательного торможения к быстрой концентрации. На момент возраста 7 – 10 лет у ребенка его нервные процессы по своим свойствам становятся схожими с нервными процессами взрослого человека [26, с. 185].

К концу учебного года психолог школы дает индивидуальную оценку уровня адаптации первоклассников. При успешном протекании данного процесса, выделяют следующие показатели: снижение массы тела, редкие случаи заболевания, на протяжении учебного года, слабо выраженные невротические реакции. При неблагоприятном протекании: учащаются пропуски уроков по болезни, появляются функциональные расстройства, могут наблюдаться резкие невротические реакции (неврозы). Все неблагоприятные последствия тяжелой адаптации требуют корректировки со стороны психолога и педагогов школы.

Конечно здоровым детям намного проще перенести учебные и физические нагрузки, поэтому процесс адаптации протекает у таких детей быстрее и благополучней. Детям, с неудовлетворительным состоянием здоровья, приходится тяжелее. Они плохо переносят стрессовую ситуацию (поступление в школу), у них наблюдается снижение работоспособности и ухудшение здоровья, что напрямую связано с их дальнейшей «неуспешностью» в обучении.

Есть ряд факторов, которые могут облегчить нездоровым детям данным период: правильно спланированный режим дня и корректно

составленная организация учебных занятий. Плотность учебной работы не должна превышать 80 % от всего дня проведенного ребенком в школе.

Требования организации учебного процесса, которые влияют на уровень протекания адаптации: проведение учебных занятий в первой половине дня, уменьшение количества часов уроков в середине недели, 5 – дневная учебная неделя, проведение, в середине учебного дня, динамических пауз или прогулок, а так же выполнение физ. минуток во время урока (не более 1 минуты), обучение без домашнего задания, дополнительные каникулы в середине 3 четверти [25, с. 65].

Все это имеет огромное значение, потому что начало школьной жизни – это начало новой и особой, для ребенка, учебной деятельности, которая требует большой физической выносливости и умение справляться с умственным напряжением [18, с. 95].

### **1.3 Психологические условия, влияющие на адаптацию детей к школьному обучению**

Процесс адаптации первоклассников к школе зависит от ряда различных факторов, которые делят на внешние и внутренние. К внешним факторам относят социальную активность ребенка, его взаимодействие с классным коллективом, родителями и учителями. Внутренние факторы отражают психофизическое состояние ребенка, его готовность к школе, уровень мотивации на момент поступления в первый класс. Внешние и внутренние факторы тесно связаны между собой. До конца, не ясно может ли один из них быть главным, а второй второстепенным, так как оба несут важную роль в формировании успешной адаптации ребенка к школе. Большинство психолог (С. И. Самыгин, В. И. Долгова и т. д.) все же относят внутренние факторы ребенка к второстепенным. Детско-родительские

отношения, по их мнению, влияют прямым образом на здоровье ребенка, его мотивацию и умение налаживать социальные контакты.

По результатам исследований, которые проводили ученые – психологи, оптимальным стилем воспитания, для успешной адаптации в школе, является тот стиль, в котором ребенка воспринимают, как активного субъекта семейных отношений. Обычно дети из таких семей достаточно активны, любознательны и инициативны. Однако, на данный момент, таких семей очень мало.

Кроме стиля семейного воспитания, есть еще ряд факторов, которые могут помочь или навредить ребенку в сложном, для него периоде, - адаптации.

Перечислим причины затруднений.

1. Несформированности элементов и навыков универсальных учебных действий.

Они являются важным новообразованием старших дошкольников. Следствием такой несформированности является снижение успеваемости школьника по учебным предметам. Именно это может являться основной трудностью. Причин несформированности элементов УУД достаточно много. Одной из важных является особенности интеллектуального развития школьника, Педагогическая запущенность и невнимательное отношение родителей и учителей к тому, как дети овладевают приемами учебной деятельности, также могут послужить причиной несформированности.

2. Низкий уровень школьной мотивации.

Родители при общении с учителем жалуются, что такой ребенок не способен самостоятельно приняться за дело и постоянно хочет играть. Первопричиной может стать стремление родителей ребенка его «инфантилизировать».

В данной проблеме необходимо различать первичную и вторичную несформированности учебной деятельности, так как вторичная происходит в

результате разрушения мотивации учения под воздействием неблагоприятных факторов. Внешние симптомы схожи с симптомами внутренними: недисциплинированность, отставание в учебе, безответственность, но, как правило, на фоне достаточно высоко уровня познавательных способностей.

### 3. Неспособность к правильной регуляции поведения.

Проявляется в неорганизованности, невнимательности, зависимости от взрослых. Причину недостаточного уровня произвольности поведения ребенка при отсутствие первичных нарушений, чаще всего ищут в особенностях семейного воспитания: это либо потворствующая гиперпротекция (вседозволенность, отсутствие ограничений и норм), либо доминирующая гиперопека (полный контроль, со стороны родителей, к поведению ребенка).

Проблемы в общении и налаживания контакта со сверстниками и учителем.

Каждый ребенок по-своему индивидуален, невозможно найти двух одинаковых детей. Каждый имеет свой уровень подготовки, индивидуальный психологические характеристики и даже разный уровень физического развития. Протекание психологических и когнитивных процессов – все имеет односложный характер. Если у одного развито произвольное внимание, то внимание второго приходится поддерживать с помощью дополнительно мотивационного материала. У одних развита слуховая память, а другим помогает их зрительное восприятие материала и т. д. Нельзя упускать такие вещи из виду, учителю необходимо учитывать разницу между детьми и стараться найти индивидуальный подход к объяснению информации, чтобы у детей не возникало трудностей в обучении. Это порой непросто сделать, для этого в каждой школе сидит психолог, который может помочь детям, с помощью различных методик, развить тот или иной когнитивный процесс [28, с.17-20].



Исследования, проводимые психологами, очень значимое место выделяется эмоциональным проявлениям ребенка при отсутствии положительных характеристик для адаптации. Новые требования очень меняют эмоциональный фон ребенка, он становится раздражительным, рассеянным, причина этому частые стрессы из – за новизны ситуаций. Нельзя не уделять этому должного внимания, так как можно довести организм до эмоционально истощения и вызвать ряд психических расстройств у маленькой личности.

Можно выделить объективные и субъективные критерии адаптации. Так, к первым относят продуктивность и успешность деятельности, деловую включенность, статус личности в коллективе и т. д. Ко вторым - эмоциональное самочувствие индивида, его активность психофизиологического состояния, удовлетворенность работой (учебой) и так далее.

Так, Я. Л. Коломинский и Е. А. Панько выделяют следующие критерии уровня адаптации первоклассников.

1) Успешность обучения; хорошая успеваемость; овладение знаниями, умениями и навыками по основным школьным предметам; отношение к труду.

2) Положение в структуре межличностных отношений – статус этих отношений, положение в них; уровень общительности; эмоциональное самочувствие.

3) Общественно – значимая активность; самостоятельность в выполнении социальной деятельности, инициативность [31, с. 9].

Э. М. Александровская и С. М. Тромбах предлагают в качестве критериев адаптации эффективность учебной деятельности усвоение школьных норм поведения, успешность социальных контактов.

В ходе социальной адаптации ребенок сам меняет социально – психологическую ситуацию. Поэтому адаптироваться в новой обстановке, к

ранее неизвестным людям приходится не только ученику, но и классному руководителю.

К проблемам или трудностям, связанным с самим фактом поступления в школу, обычно относят:

- 1) трудности связанные с новым режимом дня;
- 2) тадаптации ребенка к классному коллективу;
- 3) трудности локализующиеся в области взаимоотношения с учителем;
- 4) трудности обусловленные изменением домашней обстановки ребенка.

По срокам адаптация протекает примерно 6 – 7 недель, но, при затруднениях может протекать и дальше или вовсе превратиться в дезадаптацию.

Ребенку приходится потрудиться, чтобы вжиться в новую социальную для него роль. Нужно наложить отношения с новыми людьми (одноклассниками, учителями). Перестроить свой режим дня, не проявлять двигательной активности 40 минут и стараться удерживать и концентрировать сове внимание на учебном предмете. Все это не так легко для 7 летнего ребенка.

При поступлении в школу у него появляются совершенно иные обязанности, чем были всего лишь год назад. Ему приходится получать новые знания и стараться удерживать их. Учебная деятельность занимает большую часть времени его новой жизни. На смену игровой деятельности приходит учебная, а так охото еще поиграть с товарищами в песочнице. Научиться учиться – главная задача, которую носит в себе учебная деятельность. Но на пуи людых задач встречаются свои трудности.

Главная трудность – то, что мотив, с которым ребенок приходит в школу, не связан с содержанием той деятельности, которую он должен выполнять в школе [23, с. 35].

В школе возникает новая структура социальных отношений. Система «ребенок – взрослый» заменяется на другие системы «ребенок – учитель» и «ребенок – родитель».

От стиля общения учителя определяется: эффективность учебного процесса, процесса взаимодействия школьного коллектива, эмоциональный настрой детей.

На данный этап выделяют три уровня стиля общения: авторитарный демократичный и попустительский. Ученые доказали: в классе, где учитель выбирает демократичный стиль общения с учениками, учащиеся более безболезненно проходят процесс адаптации. У учащихся на конец года снижается уровень тревоги, враждебность по отношению к себе и к своим сверстникам. Личностно – ориентированный подход помогает учителю создать в классе доверительную атмосферу.

Стиль общения педагога с родителями имеет также не малую роль в процессе успешной адаптации учащихся. Исследования показали, что конструкция «Родитель – учитель – ребенок» является самой благоприятной. Работая в структуре триединства, каждый из участников образовательного процесса выполняет свою роль, что заметно облегчает жизнь остальных.

Факторами, неблагоприятно сказывающимися на адаптацию ребенка к школе, являются самооценка и уровень притязаний.

Основные причины затруднения процесса адаптации:

1. Низкий уровень учебной мотивации.
2. Проблемы в регуляции поведения
3. Низкая сформированность ЗУН.
4. Проблема в построении взаимоотношений с одноклассниками и учителями.

Первый год является самым трудным для ребенка. Если ему предстоит пройти его в одиночку, то это отрицательно скажется на его психологическом и физическом состоянии здоровья. Задача родителей,

педагогов и психолога облегчить прохождения данного пути, помогая ребенку раскрыть свои индивидуальные особенности, не испытывая при этом чувство страха и вины.

### **Выводы по первой главе**

В теоретической части квалификационной работы требовалось изучить процесс адаптации. В процессе изучения наблюдаются разного рода противоречия точек зрения различных ученых изучающих в своей области процесс адаптации. Это указывает на то, что требуется осмотрительный подход в дальнейшем исследовании данной проблемы. Необходимо учитывать особенности адаптации детей к обучению в школе, а также психологические условия адаптации первоклассников к школе в данной работе.

Что касается гипотезы, которая предполагает, что процесс адаптации будет более успешный, если у ребенка будет сформирован навык социального взаимодействия со сверстниками, то при изучении теоретической части видно, что при дальнейшем эмпирическом исследовании, она вполне может подтвердиться, так как социальный навык общения является одним из ярких факторов успешной адаптации младшего школьника.

## **Глава 2. Эмпирическое исследование условий адаптации первоклассников к обучению в школе**

### **2.1 Организация и методы исследования**

Характеристика базы исследования

Образовательная организация: Автономная некоммерческая организация «Православная классическая гимназия».

Программа воспитательной работы направлена на формирование этически – нравственных качеств личности.

В гимназии действует система непрерывного образования. Дети проходят 4 ступени обучения. Начиная от православного детского сада и заканчивая православным институтом.

- С 1 по 11 класс обучение ведется по программе «Школа России», что является оптимальной для детей с разным уровнем интеллектуального развития.

- Помимо профильного обучения, введется углубленное изучение гуманитарных наук и религиоведения.

- Во второй половине дня учащиеся посещают музыкальные и танцевальные кружки.

Из всего вышеперечисленного можно сделать вывод, что в гимназии, кроме стандартного обучения, проводится ряд мероприятий, которые направлены на гармоничное развитие личности ребенка. Для этого созданы все условия.

Образовательный процесс в первом классе имеет свою структуру:

- Учебный день начинается с 8:30, первый урок с 9:00.
- Последний урок заканчивается в 14 50. После чего начинается группа продленного дня.

- Между уроками в обязательном порядке проводится обед и прогулка (15 минут).

- Динамическая пауза стоит в расписании после 5-го урока.

Такое построение занятий в первом классе учитывает особенности младшего школьного возраста. Чрезмерной нагрузки не происходит, так как первоклассникам в начале обучения довольно трудно переносить статическую нагрузку. Расслабляющие мероприятия, прогулки позволяют снять двигательное напряжение. Занятия в кружках сплачивают классный коллектив, происходит эстетическое воспитание учеников.

Характеристика выборки исследования.

Выборку составили 14 первоклассника: из них 7 девочек (50%), 7 мальчиков (50%). Возраст испытуемых 6,5 - 8 лет. Самому старшему ребенку 8 лет 1 месяц, самому младшему - 6 лет и 5 месяцев.

Цель экспериментального исследования: выявить показатель уровня адаптации детей 1 класса в период первой и последней учебной четверти и проанализировать динамику.

В соответствии с целью были определены задачи экспериментального исследования:

1. С помощью психологических методик выявить уровень адаптации первоклассников на период первой четверти;
2. Составить и апробировать психологическую программу сопровождения первоклассников на этапе адаптационного периода;
3. Повторно исследовать уровень школьной адаптации на период последней четверти;
4. Проанализировать результаты опытно-экспериментальной работы.

Этапы исследования:

Первый этап: Была проведена беседа с классным руководителем детей.

Второй этап включал в себя подбор методического материала для изучения общего уровня адаптации школьников к новым для них школьным условиям (поступление в первый класс).

На третьем этапе были проведены диагностики, которые помогли выявить уровень адаптации у испытуемых.

Четвертый этап включал в себя разработку программы коррекционно-развивающих занятий и ее проведение в адаптационный период.

Пятый этап: Анализ полученных результатов.

В качестве методов экспериментального исследования была использована методика определения эмоционального отношения к школьному обучению «Краски»;

Дети заранее получают лист бумаги, на котором нарисовано 10 кружков одинакового размера. Их задача закрасить эти кружки в определенный цвет. Каждый кружок, обозначает какой – либо предмет. Предметы, которым необходимо дать ту или иную окраску, это: звонок, книга, учитель, портфель, класс, физкультура, школа, урок, домашнее задание, тетрадь. В зависимости от цвета закрашенного кружка определяется: испытывает ученик трудности в обучении или нет. Чем темнее цвет кружка, связанного с определенным предметом, тем сильнее этот предмет заставляет испытывать первоклассника негативные эмоции, и наоборот.

Анкета школьной адаптации Н. Г. Лускановой.

Методика содержит 10 вопросов, на каждый вопрос имеется три варианта ответов, учащийся должен выбрать только один понравившийся ему вариант. Обработка данных проводится путем подсчета суммы баллов.

Анализ пропусков и успеваемости первоклассников, который проводился с помощью подсчетов общего количества пропущенных дней: по уважительной (болезнь) и неуважительной причине.

## **2.2 Выявление уровня адаптации первоклассников к обучению в школе**

Процесс адаптации к школьной жизни влияет на многие сферы жизнедеятельности младшего школьника. Особенно сильное влияние она оказывает на межличностные отношения со сверстниками, на отношения к учебной деятельности, которая включает в себя усвоение школьной программы и правил поведения.

Для получения более полной информации и для достоверности результатов в экспериментальном исследовании, кроме конкретных методик - анкетирования и тестирования, применялся еще метод беседы с классным руководителем 1 «В» класса.

Из беседы с классным руководителем было установлено:

- До поступления в школу дошкольное учреждение посещали 13 детей, 1 ребенок – воспитывался на дому;

При медицинском осмотре было выявлено, что первую группу здоровья имеют 6 человек, второй группу – 6 человек, третью группу здоровья имеют 2 человека.

Состав семей первоклассников:

- человек воспитываются в полных семьях:
- 1 ученица из многодетной семьи.
- 2 человека воспитываются в неполной семье (нет отца или в разводе),

Условия проживания:

- у 10 детей есть свое рабочее место в квартире
- у 2 детей отсутствует свое рабочее место, им приходится выполнять рекомендации учителя на кухонном столе.

На начало обучения в 1 классе умели бегло читать 2 человека; читали по слогам 11 человек; 1 ученица – не владела навыками чтения.



Показатели исследования стартовой диагностической работы, представленные учителем, имели следующий результат:

В предметной области «Математика» высокий уровень сформированности предметных умений у первоклассников составляет - 72%, средний - 27%. Низкий - 0%.

Низкий уровень в области «Математика» не выявлен у учащихся.

В предметной области «Русский язык» высокий уровень сформированности предметных умений у первоклассников составляет по школе - 0%, средний – 18%. Низкий - 81%.

В предметной области «Окружающий мир» высокий уровень сформированности предметных умений у первоклассников составляет по школе – 36 %, средний – 27%. Низкий – 36%.

При наблюдении за учащимися было заметно, что дети работоспособны, любознательны и социально активны.

Многие из ребят ведут себя довольно раскованно, но есть и такие дети, которым еще трудно адаптироваться к новой школьной жизни и требованиям со стороны учителей. Такие дети имеют неустойчивое внимание, часто отвлекаются на внешние раздражители, выкрикивают с места, вступают в словесные перепалки, нарушая процесс обучения. Они стремятся постоянно быть в центре внимания. Как правило, они стараются выполнить свою работу раньше других, но она зачастую оказывается неправильно выполненной.

В первые месяцы обучения первоклассников в школе, с помощью комплексной диагностической работы, которая проводилась учителем, удалось выявить учащихся, которые имеют высокий уровень познавательного интереса, это такие учащиеся как: Даша А, Даша С, Маша К, Кирилл С, Настя П.

Есть учащиеся, которые пока не проявляют активности, они присматриваются к новому коллективу, боятся обратить на себя внимания, поэтому на уроках не проявляют инициативу. С предложенными заданиями,

в устной или письменной форме, справляются без помощи учителя. (Алена Г, Захара Х).

Есть и такие учащиеся, которые проявляют активности на уроке, но во время перемены или группы продленного дня являются очень активными – Платон Д, Кирилл К.

Явного ученика, который бы являлся лидером, еще не присутствует, но многие ребята уже пытаются занять статусное место в коллективе, что служит причиной частых конфликтов и драк. Конфликты случаются каждый день.

В результате наблюдения за учащимися были выявлены следующие особенности:

- на уроках класс собран, работоспособен и активен. Дети читающие, любознательные. Но есть ребята, требующие индивидуального подхода на уроках, так как не могут работать в одном темпе с классом по той или иной причине (Платон Д, Кирилл К);

- у детей сформированы навыки самообслуживания: они самостоятельно переодеваются, убирают за собой в столовой после завтрака, берегут школьное имущество;

- во внеурочное время большая часть детей (13 человек) посещают разнообразные кружки и спортивные секции города;

- на данный момент в классе есть группы людей, которые плотно общаются между собой и во внеучебное время. Есть и те, которые до сих пор не могут найти общий язык – в классе регулярно случаются драки и словесные потасовки, которые мешают учебному процессу.

Вместе с положительными данными коллектива, существуют и отрицательные. Ребята еще не могут до конца самостоятельно преодолевать трудности в обучении, есть сложности с планированием своего учебного времени, начатое дело часто остается невыполненным до конца.

Родители постоянно интересуются достижениями своих детей в учебной и внеклассной деятельности. Во всех семьях родители занимаются воспитанием детей. В них созданы необходимые условия для выполнения учебных заданий. Родители заинтересованы школьной жизнью.

С целью определения эмоционального отношения к школьному обучению была проведена методика «Краски» Г.Ф Кумариной. Дети получили лист бумаги, на котором нарисовано 10 кружков одинакового размера. Их задача закрасить эти кружки в определенный цвет. Каждый кружок, обозначает какой – либо предмет. Предметы, которым необходимо дать ту или иную окраску, это: звонок, книга, учитель, портфель, класс, физкультура, школа, урок, домашнее задание, тетрадь. В зависимости от цвета закрашенного кружка определяется: испытывает ученик трудности в обучении или нет. Чем темнее цвет кружка, связанного с определенным предметом, тем сильнее этот предмет заставляет испытывать первоклассника негативные эмоции, и наоборот.

После проведения диагностирующей методики «Краски» были выявлены результаты, которые можно увидеть в таблице 1.

Таблица 1 — Показатели эмоционального отношения к школьному обучению

Имя	Звонок	Книга	Класс	Учитель	Физкульт	Тетрадь	Дом. зад	Перемена	Портфель	Одноклас	Урок
Даша А											
Настя П			темный								
Женя М	темный		темный	темный			темный			темный	
Макар	темный	темный			темный					темный	
Даша С					темный			темный			
Захар		темный					темный			темный	
Маша									темный		
Платон	темный					темный	темный			темный	темный
Лиля	темный					темный					
Кирилл С							темный				
Кирилл К			темный			темный				темный	
Люда		темный									темный
Даниил				темный	темный	темный	темный				
Алена Г		темный									

Выявлено негативное отношение к таким понятиям, как «Тетрадь», «Домашнее задание», «Одноклассники». В целом в классе наблюдается положительное эмоциональное отношение к школе.

В связи с предоставленными данными можем сделать вывод, что только малая часть учащихся 1 «В» класса имеют отрицательное эмоциональное отношение к школьному обучению. Исходя из данных исследования, нашей задачей в ходе психологических мероприятий по повышению общего уровня адаптации первоклассников, является повышение количества учащихся, которые бы имели положительное эмоциональное отношение к школе и к школьным видам деятельности.

У всех учащихся светлые оттенки цветов, по количеству, доминируют над темными, это можно увидеть на рисунке 1.

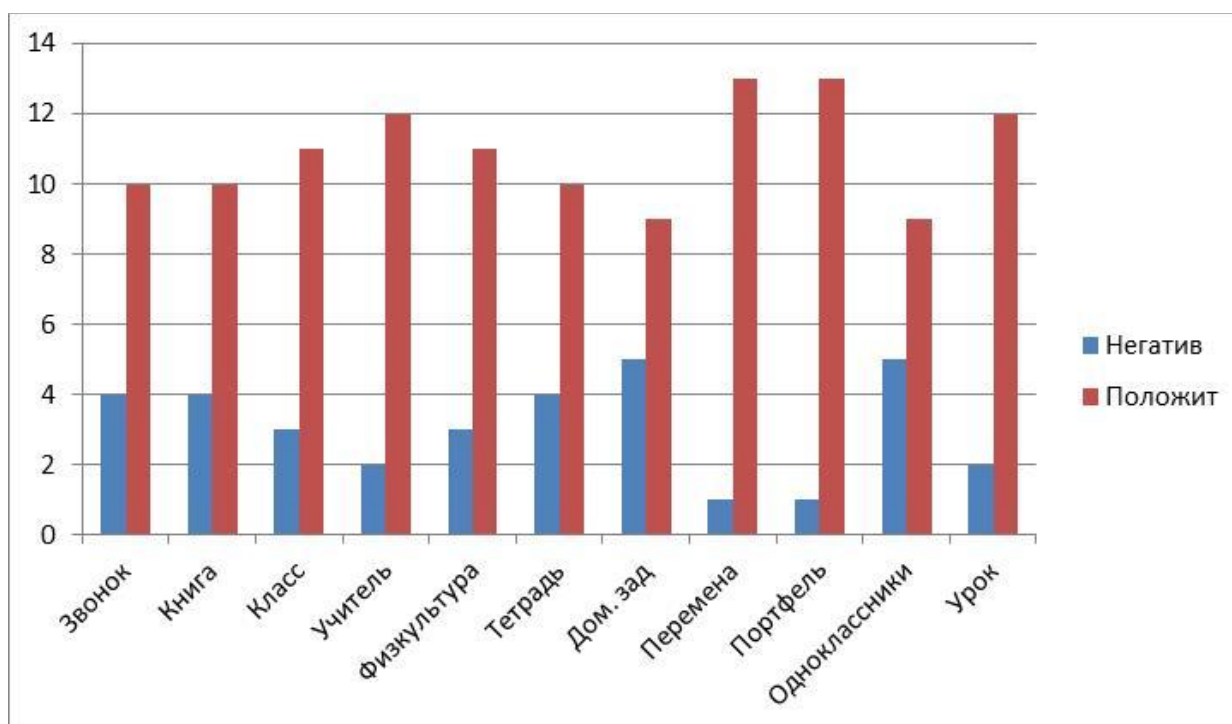


Рисунок 1 - Показатели эмоционального отношения к школьному обучению

Для выявления учебной мотивации у школьников 1 класса была использована анкета оценки уровня мотивации Н. Лускановой. При анализе данной анкеты были выявлены следующие результаты:

35% испытуемых имеют положительное отношение к школе, данный процент первоклассников школа привлекает именно своей учебной деятельностью, что является нормой для данного возрастного периода. Процесс учения для этих школьников является мотивирующим.

21% первоклассников привлекает внеучебная деятельность в школе, благодаря этому, они также имеют положительный уровень школьной мотивации. Дети данной группы достаточно комфортно ощущают себя в школе, посещать учебное заведение им нравится, потому что в нем можно пообщаться со своими одноклассниками, учителями. Познавательные мотивы у таких учащихся сформированы в наименьшей степени, сам процесс обучения не является для них привлекательным, но ощущения себя учеником создает положительный настрой. Дети, относящиеся к этому проценту, редко пропускают школу по уважительной причине и совсем не пропускают ее без неуважительной.

Для 2% младших школьников характерна низкая школьная мотивация. Для них характерны частые пропуски без уважительных причин. Школа не привлекает их своей учебной деятельностью. На уроках часто отвлекаются, занимаются посторонними делами. В процессе обучения имеют серьезные затруднения. Находятся в состоянии неустойчивой адаптации к школе.

У оставшихся 14% младших школьников выявлена школьная дезадаптация – негативное отношение к школе. Эти учащиеся имеют серьезные трудности в изучении школьных предметов, они так же испытывают дискомфорт от общения со сверстниками, потому что чаще всего не могут выстроить приятельские отношения. Школа является для них «адом», в который не хочется идти по утрам. Они могут плакать и проситься домой, а могут, проявляют агрессивные реакции. Вступать в конфликты со своими одноклассниками, отказываться выполнять требования учителя, демонстративным поведением срывать уроки. Часто у подобных учеников отмечаются нарушение нервно-психического здоровья. Такие дети

пропускают школу только по уважительной причине, так как родители такого типа школьников чаще всего имеют авторитарный стиль воспитания (рисунок 2).

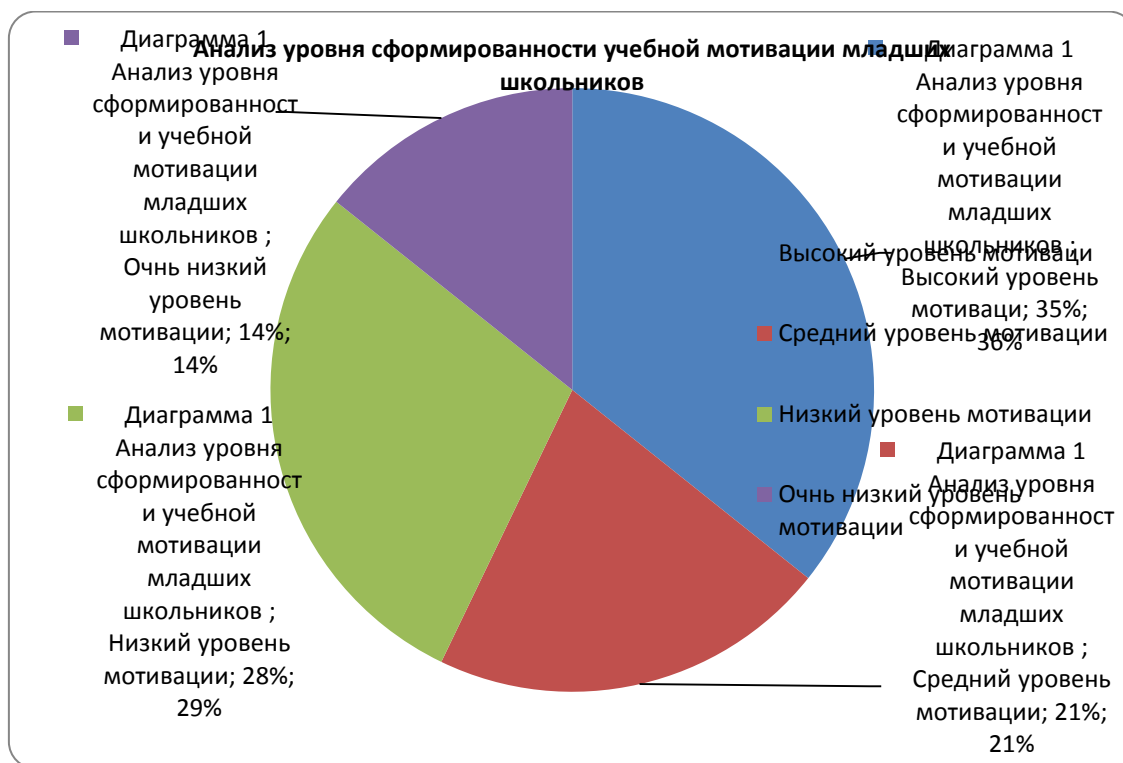


Рисунок 2 – Анализ уровня сформированности учебной мотивации младших школьников

По итогам первичного исследования было выявлено, что большинство младших школьников 1 «В» класса Православной классической гимназии имеют положительный уровень школьной мотивации, но есть и такие учащиеся, которым необходима психолого-педагогическая помощь в адаптационный период для дальнейшей успешности в учебной деятельности.

На протяжении всего исследования помимо диагностик, анализировались пропуски первоклассников, который проводился с помощью подсчетов общего количества пропущенных дней: по уважительной (болезнь) и неуважительной причине. По подсчётом выяснилось, что все учащиеся пропускавшие занятия имели уважительные причины пропусков и подтверждали свое отсутствие больничными

справками. Надо так же отметить, что таких пропусков было немного, 57 % класса совсем не пропускали занятия на период исследования.

Нельзя упускать тот факт, что семья так же играет огромную роль в процессе адаптации первоклассника к школе. И то, как ребенок будет чувствовать себя дома, напрямую будет влиять на его успехи в школе.

На второй неделе обучения первоклассников в школе, было проведено родительское собрание на тему: «Мое отношение к ребенку».

Цель данного родительского собрания была в выявлении особенностей взаимоотношений детей и их родителей.

В самом начале родительского собрания была проведена беседа на выбранную тему, затем родителям было предложено ответить на вопросы анкеты «Общение детей и родителей в лицах».

В данной анкете находилось 3 вопроса, на которые нужно было дать один ответ из трех предоставленных возможных вариантов.

1. С каким лицом вы чаще всего общаетесь с ребенком?
2. С каким лицом общается с вами ваш ребенок?
3. Каким, по вашему мнению, должно быть лицо вашего ребенка во время общения с вами?

Анализ полученных результатов анкеты показал, что родители 1 «В» класса заинтересованы не только в том, чтобы их ребенок делился с ними своими переживаниями и проблемами, но и в том, чтобы дети при общении со своими родителями не боялись высказывать своего мнения, чувствуя при этом эмоциональную поддержку.

В завершении родительского собрания родителям было дано задание: необходимо было в письменном виде представить решения на конкретные ситуации.

Ситуации:

1. Ваш ребенок нечаянно разбил чашку из сервиза...

2. Воскресный день. Ваш ребенок пишет сочинение, заданное к понедельнику. Но пришли друзья и зовут гулять....

3. Вы устали, пришли с работы, а в доме полный «развал» - идет шумная игра вашего ребенка с друзьями....

Ответы родителей были очень разнообразны. Каждый из них дал аргументированный и разумный вариант исхода событий в заданных проблемных ситуациях.

Проанализировав результаты всех диагностических исследований, можно сделать первичные выводы:

- В общем, учащиеся имеют положительное отношение к школьному процессу и к школьному обучению в целом;

- У большинства учащихся, на момент поступления в первый класс, уже был сформирован статус школьника, что положительно влияет на динамику процесса адаптации;

- Игровая деятельность преобладает над учебной, что в принципе свойственно первоклассникам, которые только делают свои «первые шаги» в новой для них системе обучения.

- Успешной адаптации всех учащихся мешают конфликты между учащимися из-за стремления к лидерству;

- Родители первоклассников готовы прийти на помощь детям в сложный для них период адаптации и разделить с ними их переживания.

В конце всех проводимых экспериментальных исследованиях, для подтверждения анализов исследования, была проведена свободная беседа с учащимися младших классов. Многие ребята рассказали, что не имеют желания посещать школу, по причине частых конфликтных ситуаций, случающихся на уроках и переменах.



## **2.3 Разработка и проведение программы повышения уровня адаптации младших школьников**

Серьезных проблем в процессе успешной адаптации учащихся 1 класса при диагностировании не было выявлено. У всех обучающихся сформирована внутренняя позиция школьника, страха перед школой не наблюдается, роль ученика усвоена. Но есть показатели, который может негативно сказаться на процессе обучения и может привести к затруднениям в усвоении учебного материала – и как следствие к снижению уровня мотивационной сферы. Конфликтные ситуации в классном коллективе происходят ежедневно, часто они заканчиваются драками, что не может не повлиять на эмоциональный фон участников образовательного процесса.

Систематизируя все полученные данные, была разработана психологическая коррекционно-развивающая программа, целью которых было создание благоприятной обстановки в классном коллективе для нормализации межличностного взаимодействия между учениками.

### **Программа коррекционно-развивающих упражнений, направленных для нормализации межличностного взаимодействия между учениками**

#### **Пояснительная записка**

Поступление в первый класс является сложным этапом на пути жизни маленького человека. Новая социальная роль требует выполнения непривычных для первоклассника требований. Помимо этого, появляется новый коллектив, с которым ежедневно приходится взаимодействовать. От того как складываются межличностные отношения, зависит эмоциональный фон ребенка, который будет влиять на уровень адаптации первоклассника к школьному обучению.

В каждом коллективе есть система личностных взаимоотношений. Особенно хорошо она наблюдается у детей младшего школьного возраста.

Они дифференцированно относятся к своим одноклассникам, что сильно влияет на дальнейшее личностное развитие каждого из них. Умение общаться дает ребенку правильно выстроить систему взаимоотношений в новом социуме. Помимо этого, общение является важным инструментом получения и передачи информации.

Цель: Повысить уровень адаптации первоклассников, имеющих трудности в правильном построении коммуникации, за счет развития навыков взаимодействия со сверстниками.

Задачи:

1. Формирование благоприятного психологического климата в классном коллективе и сплочение детского коллектива.
2. Развитие навыков взаимодействия.
3. Обучение приемам внутреннего самоконтроля и регуляции своего поведения

Содержание программы:

Программа состоит из 10 занятий, продолжительность одного занятия составляет 30 минут. Занятия проводятся в течение первой четверти, 2 раза в неделю. Программа поделена на три блока: 1 блок – разминка; 2 блок – основная часть, которая состоит из игровых упражнений; 3 блок – заключительная часть, включает в себя рефлекссию.

Программа рассчитана на учащихся 1 класса.

Методы проведения программных мероприятий.

Игровые упражнения, беседы, дыхательные гимнастики.

#### Тематическое планирование

Название занятия	Структура	Цель
1. Знакомство	<ul style="list-style-type: none"><li>• 2 игры на знакомство.</li><li>• Коллективно творческая работа «Создаем портрет класса».</li></ul>	Формирование благоприятного психологического климата в классном

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Обсуждение и рефлексия.</li> </ul>	коллективе.
2. Ты, я, он, она	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа «Один за всех и все за одного».</li> <li>• Обсуждение и рефлексия.</li> </ul>	Развитие навыков взаимодействия.
3. Вместе - врозь	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 игры на развитие навыков взаимодействия.</li> <li>• Беседа по теме «Когда меня обижают».</li> <li>• Обсуждение и рефлексия.</li> </ul>	Развитие навыков взаимодействия.
4. Ты и я друзья	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 4 игры на развитие навыков взаимодействия.</li> <li>• Обсуждение и рефлексия.</li> </ul>	Развитие навыков взаимодействия.
5. Мои эмоции	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Упражнение с зеркалом.</li> <li>• Обсуждение и рефлексия.</li> </ul>	Формирование благоприятного психологического климата в классном коллективе.
6. Я боюсь тебя	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 игры на развитие контроля своих эмоций.</li> <li>• 2 игры на развитие навыков взаимодействия.</li> <li>• Обсуждение и рефлексия.</li> </ul>	Обучение приемам внутреннего самоконтроля и регуляции своего поведения.
7. Вместе мы сила.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 игры на развитие контроля своих эмоций.</li> <li>• Обсуждение прочитанной притчи про дружбу.</li> <li>• Обсуждение и рефлексия.</li> </ul>	Обучение приемам внутреннего самоконтроля и регуляции своего поведения.
8. Проявляй терпимость.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 игры на развитие саморегуляции своего поведения.</li> <li>• Проведение дыхательных</li> </ul>	Обучение приемам внутреннего самоконтроля и

	гимнастик. • Обсуждение и рефлексия.	регуляции своего поведения
9. Дружба – как много в этом слове	• Беседа на тему «Как хорошо, когда есть друзья». • Проведение дыхательных гимнастик. • Обсуждение и рефлексия.	Обучение приемам внутреннего самоконтроля и регуляции своего поведения
10. Дерево дружбы	• Коллективно – творческая работа «Дерево дружбы» • Обсуждение и рефлексия.	Формирование благоприятного психологического климата в классном коллективе.

Игры, используемые для знакомства нового коллектива:

- Игра «Снежный ком»
- Игра «Дрозд»

Игры, используемые для развития навыков взаимодействия:

- Игра «Встань в круг»
- Игра «Машины»
- Игра «Скульпторы»
- Игра «Молекулы»
- Игра «Острова»
- Игра «Поменяйтесь местами те, кто...»

Игры на развитие контроля своих эмоций и саморегуляции своего поведения:

- Игра «Мир эмоций»
- Игра «Четвертый лишний»
- Игра «Выражение эмоций»
- Игра «Что случилось?»

Ребята с охотой вступали, в процесс игры, во взаимодействие друг с другом, старались прислушиваться к мнению каждого участника игры.

По завершению 10 занятий, пронаблюдав внешнюю картину взаимодействия ребят друг с другом, уже можно было сделать вывод, что психологическая программа внесла положительные коррективы: стабилизировалась обстановка в классном коллективе, игры, проводимые с целью стабилизации взаимоотношений в коллективе, и нормализации самооценки было успешным. В процессе игры первоклассники старательно выполняли задания, прислушивались друг к другу.

Процесс реализации разработанной программы на практике показал хорошие результаты, что констатирует пригодность ее дальнейшей помощи педагогам и психологам, которые будут работать над повышением уровня адаптации первоклассников.

Метод игры оказался предпочтительным для первоклассников, самым затруднительным заданием для большинства оказалась рефлексия. Игра позволяла им «вернуться» в дошкольный возраст и снять «оковы» правил, необходимых соблюдения в школьной жизни. Возвращаясь к игровой деятельности, учащиеся давали свободу воображению, не имея при этом никаких строгих регламентация. По средствам игр было значительно легче преодолеть трудности коммуникаций, подстроиться к правилам поведения на уроке и в школе. Необходимо отметить, что все проводимые мероприятия приносили положительные результаты, так как они носили постоянный, систематический характер. А также учет особенностей развития первоклассников, преобладание игрового мотива над учебным мотивом позволил подобрать наиболее действенные формы работы по преодолению всех имеющихся затруднений.

## 2.4 Анализ полученных результатов

После проведенных мероприятий нами было проведено контрольное исследование уровня адаптации первоклассников.

Цель контрольного этапа: проверить результативность экспериментальной работы по повышению общего уровня адаптации детей 1 класса.

Также и при первом исследовании, детям предлагалось пройти методику «Краски» Г.Ф. Кумариной, чтобы проследить динамику после проведения психологических мероприятий по повышению уровня мотивации. Способ проведения остался прежний. Психологом была озвучена инструкция, на случай если кто – то из ребят успел забыть ее.

При анализе результатов было выявлено, что показатели резко изменились в положительную динамику, что видно в таблице 2. Учащиеся отдавали предпочтение светлым оттенком, темные использовались реже.

Таблица 2 - Показатели эмоционального отношения к школьному обучению после проведения программы занятий

Имя	Звонок	Книга	Класс	Учитель	Физкульт	Тетрадь	Дом. зад	Перемена	Портфель	Одноклас	Урок
Даша А											
Настя П											
Женя М	темный		темный							темный	
Макар	темный				темный					темный	
Даша С					темный						
Захар		темный					темный				
Маша									темный		
Платон	темный					темный	темный				темный
Лиля		темный									
Кирилл С									темный		
Кирилл К			темный			темный					
Люда		темный									темный
Даниил						темный	темный				
Алена Г		темный									

По рисунку 3 можно так же сравнить показатели исследования до и после психологической поддержки младших школьников. Мы наглядно

видим, что по сравнению с первым исследованием, темных цветов на рисунках стало меньше, что говорит о том, что возросло положительное отношение к школе. Надо так же заметить, такие показатели, как: учитель и перемена у всех учащихся 1 класса имеют исключительно только положительную окраску и не вызывают отрицательных эмоций.

Так как в экспериментальной части работа ввелась на сплочение детского коллектива, мы обязаны проследить разницу показателей шкалы «Одноклассники». Мы видим, что при первичном исследовании, с помощью методики Г. Ф Кумариной «Краски», количество ребят, имеющих отрицательное отношение к своим одноклассникам составляло пять человек, сейчас количество снизилось до 2 человек.

На рисунке 3 видно, что отношения с одноклассниками, которые изначально относились к одним из самых негативных показателей, теперь носят не самый худший показателей. Так же заметно, что позиция «Учитель» и «Перемена» и вовсе не влияют негативно на эмоциональный фон ребенка, здесь мы можем только сделать предположение, что наша реализация нашей программы непосредственно повлияла на данные показатели.

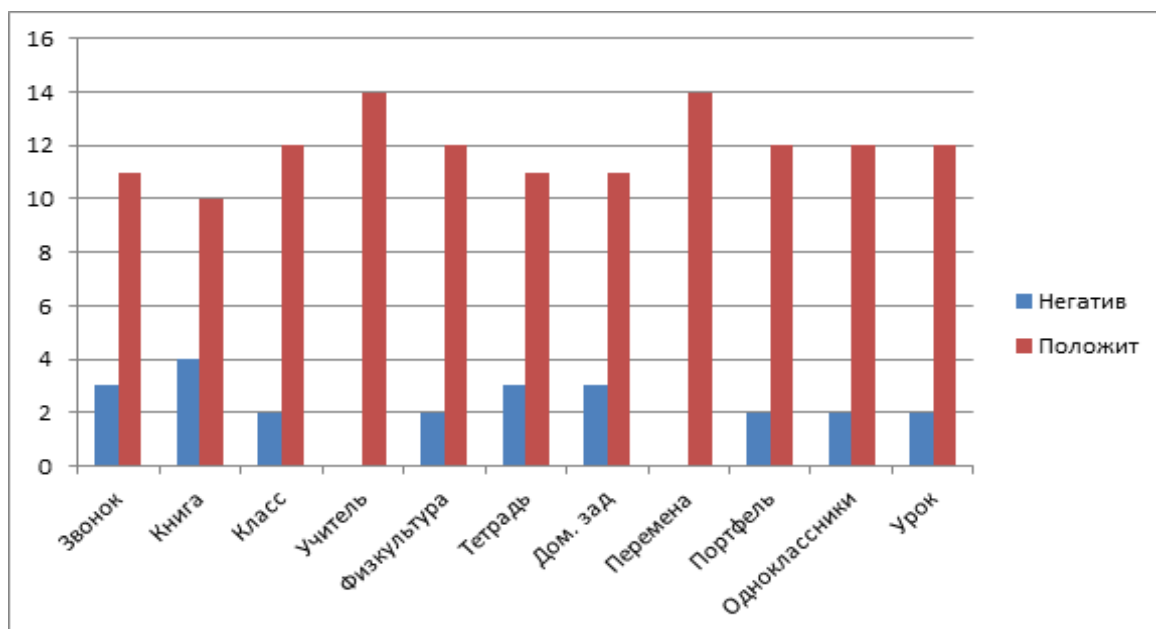


Рисунок 3 - Показатели эмоционального отношения к школьному обучению

У ребят выросло доверие к педагогу, что также позволяет пройти периоду адаптации «безболезненно».

Так же учащимся первого класса было предложено повторно пройти анкету школьной адаптации Н. Лускановой. По результатам, которой можно проследить изменился ли уровень мотивации учащихся, после проведения психологических мероприятий (см. рис. 4).

Мы можем наблюдать, что показатели заметно изменились: количество учащихся имеющих низкий и очень низкий уровнем мотивации снизилось на 28 %, а количество первоклассников, имеющих средний уровень – возросло на 28 %. Эти результаты дают право сделать следующий вывод: мотивационная сфера детей, до и после проведения специальных психологических процедур возросла на 56 % и имеет положительную динамику.

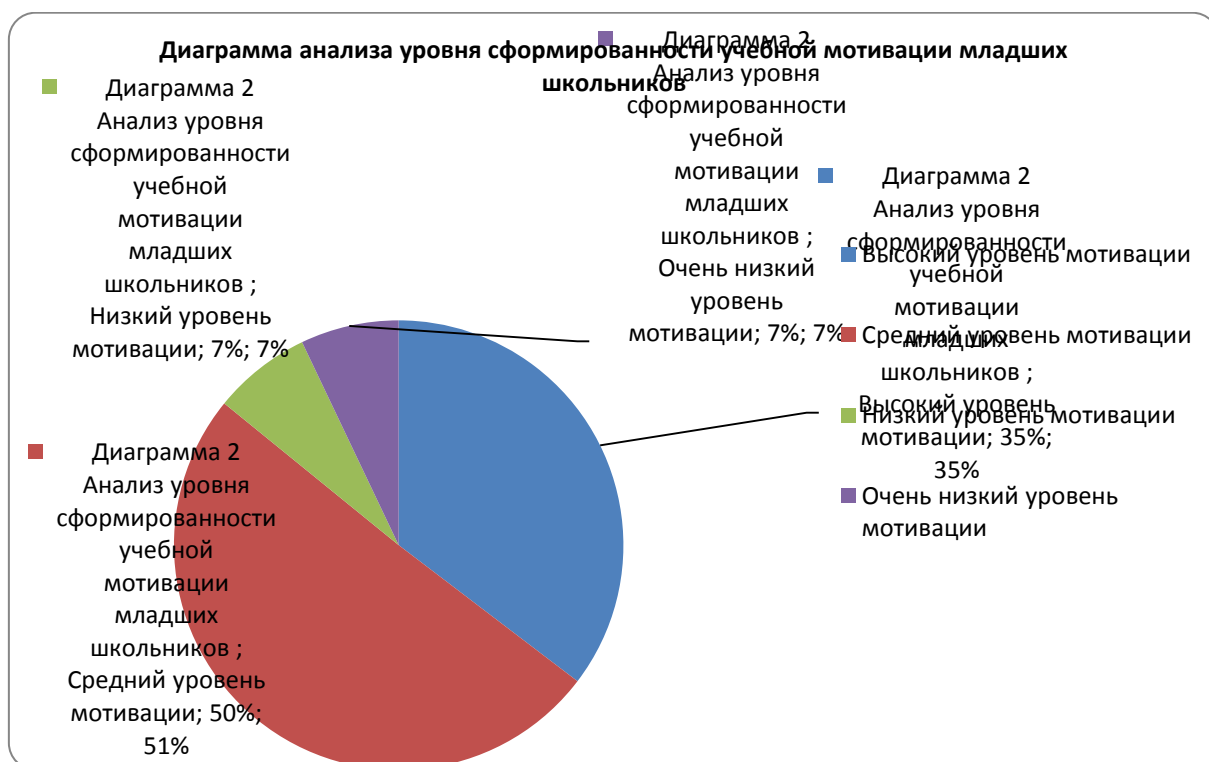


Рисунок 4 – Анализ уровня сформированности учебной мотивации младших школьников

Повторно была проведена свободная беседа с учащимися, по итогам которой выяснилось, что учащиеся, которые посещали ранее школу



неохотно, стали проявлять интерес к школьному процессу, особенно им нравились проводимые с ними занятия психолога.

### **Выводы по второй главе**

По итогам реализации коррекционно-развивающей программы, направленной на повышение уровня адаптации первоклассников, за счет игровых упражнений на сплочение детского коллектива, на контрольном этапе эксперимента было выявлено:

По 1-ой методике Н.Г. Лускановой «Анкета школьной мотивации» были заметны процентные изменения. Количество учащихся умеющие низкие и очень низкие уровни мотивации снизилось на 28 %, а количество учащихся имеющих средний уровень мотивации повысился на 28 процентов. Количество первоклассников, имеющих высокий уровень не изменилось.

Проанализировав результаты, полученные после повторного проведения рисуночного теста «Краски» Г.Ф. Кумариной, которые показали, что отношения к одноклассникам у 3 из 5 человек из ранее диагностируемых ребят изменилось в лучшую сторону, что позволяет сделать вывод, что наши мероприятия были успешно реализованы.

Дополнительно выявленные изменения, по материалам беседы, указали на то, что отношения в детском коллективе улучшились, конфликтных ситуаций стало меньше.

## Заключение

Понятие адаптации долгие годы изучалась многими учеными, в разных областях. В психологии, большой вклад в рассмотрении процесса адаптации, внесли такие научные деятели как: Ю. А. Александровский, Л. С. Выготский, А. Н. Леонтьев и многие другие. Благодаря их труду педагоги и психологи школы могут помочь ребенку облегчить процесс адаптации.

Адаптация имеет огромное значение в преодолении трудностей на пути обучения младшего школьника. При неуспешном прохождении этапа адаптации, ребенок не сможет заявить о себе, как о психологически зрелой личности.

Исследовательская часть работы проводилась на базе АНО «Православная классическая гимназия». В исследовании участвовали учащиеся 1 «В» класса 14 человек. Проведения ряда наблюдений показало, что учащиеся 1 класса не имеют серьезных трудностей в обучении, но из показателей диагностических процедур, мы видим, что проблема, есть у многих учащихся, процесс адаптации проходит неблагоприятно. После беседы с учителем, наблюдением за детьми во время учебного процесса, и проведения опытно – экспериментальной части стало понятно: основной причиной неудовлетворенности детей к школьному обучению, является несформированность, у многих из них, социального взаимодействия со сверстниками. Что подтверждает нашу гипотезу: психологическим условием адаптации детей, поступающих в первый класс является развитие навыков социального взаимодействия со сверстниками.

На основе полученных данных мы разработали ряд игровых упражнений: на сплочение школьного коллектива и самоконтроля и обучение приемам внутреннего самоконтроля и регуляции своего поведения.

По итогам реализации программы внеклассных мероприятий были заметны характерные изменения:

Атмосфера в классном коллективе наладилась, ребята стали дружелюбнее относятся друг к другу. Уменьшилось количество конфликтных ситуаций.

Физические минутки помогли ребятам менять вид деятельности, при этом в игровой форме снимать мышечное напряжение. Учащиеся 1 класса стали более усидчивы, увеличилась работоспособность.

После результатов повторного исследования, мы можем сделать вывод, что задачи, поставленные в начале работы, были решены, цель исследования достигнута, гипотеза нашла свое подтверждение.

## Список используемой литературы

1. Акимова, М.К. Учет психологических особенностей учащихся в процессе обучения [Текст] / М.К. Акимова, В.Г. Козлова // Вопросы психологии. - 2011.- № 6. - С. 71-74.
2. Афанасьева, Н.В. Программа психологической диагностики готовности к обучению в школе [Текст] / Н.В. Афанасьева, Е.Н. Дубиненкова. - Вологда, 2014. - 157 с.
3. Баданина, Л.П. Адаптация к отметке в начальной школе: размышления психолога [Текст] / Л.П. Баданина // Начальная школа. – 2017. - № 7. - С. 18-21.
4. Баданина, Л.П. Адаптация первоклассника: комплексный подход [Текст] / Л.П. Баданина // Начальная школа. - 2017. - № 12. - С. 59-62.
5. Бадина, Н.П. Динамика показателей школьной адаптации часто болеющих учащихся начальных классов [Текст] / Н.П. Бадина // Вопросы психологии. – 2017. - № 1. - С. 53-61.
6. Безруких, М.М. Расту первоклашка: энциклопедия для родителей [Текст] / М.М. Безруких Л.А. Леонова. – Москва, 2009. – 36 с.
7. Бардиер, Г.Л. Что касается меня? Сомнения и переживания младших школьников [Текст] / Г.Л. Бардиер, И.М. Никольская - СПб.: Речь, 2014. - 203 с.
8. Битянова, М.Р. Работа психолога в начальной школе [Текст] / М.Р. Битянова, Т.В. Азарова, Е.И. Афанасьева, Н.Л. Васильева. - М: Совершенство, 2015. - 358 с.
9. Божович, Л.И. Личность и её формирование в детском возрасте [Текст] / Л.И. Божович. - М.: Изд-во МГУ, 2014. - 132 с.
10. Бударный, А.А. Индивидуальный подход в обучении [Текст] / А.А. Бударный // Советская педагогика. - 2014. - № 7. - С.70-83.

11. Волков, Б.С. Младший школьник: Как помочь ему учиться. [Текст] / Б.С. Волков - М.: Академический Проект, 2012. - 142 с.
12. Вьюнова, Н.И. Психологическая готовность к школе [Текст] / Н.И. Вьюнова - М.: Академический проект, 2015. - 142 с.
13. Данилина, Т.А. Социальное партнерство педагогов, детей и родителей [Текст] / Т.А. Данилина / Пособие для практических работников ДОУ. - М.: Айрис-Пресс, 2004. - 112 с.
14. Дорожевец, Т.В. Изучение школьной дезадаптации [Текст] / Т.В. Дорожевец. - Витебск, 2015. – 182с.
15. Ермакова, И.А. Адаптация первоклассников к школе [Текст] / И.А. Ермакова // Народное образование. – 2008. - № 5. - С. 157-165.
16. Журавлев, Д.Д. Адаптация учащихся при переходе из начальной в среднюю школу [Текст] / Д.Д. Журавлев // Народное образование. – 2015. – № 8.
17. Зверева, О.Л. Семейная педагогика и домашнее воспитание [Текст] / О.Л. Зверева - М.: Академия, 2008. - 408 с.
18. Костина, Л.М. Адаптация первоклассника к школе путем снижения уровня их тревожности [Текст] / Л.М. Костина // Вопросы психологии. - 2004. - № 1.
19. Костяк, Т.В. Психологическая адаптация первоклассников [Текст] / Т.В. Костяк - М.: Академия, 2015. - 232 с.
20. Коломинский, Я.Л. Учителю о психологии детей шестилетнего возраста [Текст] / Я.Л. Коломинский, Е.А. Панько. – М., 2016. – 265с.
21. Кузнецова, Л.В. Организация образовательного процесса для детей с проблемами школьной и социальной адаптации [Текст] / Л.В. Кузнецова // Воспитание и обучение детей с нарушениями развития. – 2015. - № 4. - С. 70-74.

22. Кумарина, Г.В. Педагогические условия предупреждения адаптационных нарушений школьников [Текст] / Г.В. Кумарина // Народное образование. -2009. - №7. - С.163-168.
23. Леонтьев, А.Н. Биологическое и социальное в психике человека [Текст] / А.Н. Леонтьев / Проблема развития психики. - М., 2015. – 218 с.
24. Меттус, Е.В. Система работы по проблемам будущих первоклассников: подготовка, диагностика, адаптация [Текст] / Е.В. Меттус. - М.: Учитель, 2015. - 302 с.
25. Налчаджян, А.А. Личность, групповая социализация и психическая адаптация [Текст] / А.А. Налчаджян. – Ереван, 1986. – 290 с.
26. Обухова, Л.Ф. Детская психология: теории, факты, проблемы [Текст] / Л. Ф. Обухова. — М.: Тривола, 2005. — 360с.
27. Петровский, А.А. Личность, деятельность, коллектив [Текст] / А.А. Петровский. – М., 2012. – 209 с.
28. Рабунский, Е.С. Индивидуальный подход в процессе обучения школьников (На основе анализа их самостоятельной деятельности) [Текст] / Е.С. Рабунский. - М., 2012. - 184 с.
29. Ромм, М.В. Теоретико-методологические проблемы исследования социальной адаптации личности (информационный подход) [Текст] / М.В. Ромм / Автореф. дис. на соискание ученой степени к.ф.н. – Новосибирск: НГУ. – 2015. – 16 с.
30. Ротенберг, В.С. Поисковая активность и адаптация [Текст] / В.С. Ротенберг. - М.: Наука, 2004. - С. 3.
31. Руденский, Е.В. Психологическая феноменология патологии личности [Текст] / Е.В. Руденский. – Новосибирск: Институт патологии личности, 2016. – 232 с.
32. Савина, Н. Н. Школьная дезадаптация: природа, структура, причины [Текст] // Наука и школа. - 2010. - № 3. - С.118-121.

33. Собчик, Л.Н. Психодиагностика: методы и методология [Текст] / Л.Н. Собчик. - Ростов Н/Д: «Феникс», 2015. - 576 с.
34. Соловьева, Т.А. Первоклассник: адаптация в новой социальной среде [Текст] / Т.А. Соловьева. - М.: ВАКО, 2015. - 72 с.
35. Тюменева, Ю.А. К проблеме оценки готовности детей к школе [Текст] / Ю.А. Тюменева // Психология обучения. - 2008. - № 3. - С. 95-107.
36. Талызина, Н.Ф. Педагогическая психология. Учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. Заведений [Текст] / Н.Ф. Талызина. - М.: - Издательский центр «Академия», 2018. – 288 с.
37. Формирование познавательных интересов в учебном процессе [Текст] / Под ред. И.Ю. Хвосторина. – М.: Просвещение, 2013. - 114 с.
38. Scott, K. People and teacher relationships. Scientific American / К. Scott. Vol. 287, No 4, 1999. - 58 p.
39. Scott, K. Psychological adaptation. / К. Scott. Vol. 287, No 9, 2003. - 134 p.
40. Sherif M. Interaction of teachers and parents. / M. Sherif Vol. 195, No 7, 1999. - 58 p.
41. Jacobson A., 2003. Adaptation of students. Psychological feature. / A.Jacobson - American, Vol. 211, No 7, 2018. - 45 p.
42. Jacobson A., 2003. Contact first graders and teachers. / A.Jacobson - American, Vol. 211, No 8, 2018. - 32 p.