Министерство образования и науки Республики Бурятия

Государственное бюджетное образовательное учреждение

среднего профессионального образования

«Бурятский республиканский педагогический колледж»

Кафедра начального образования

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ АДАПТАЦИИ**

**ПЕРВОКЛАССНИКОВ К ШКОЛЬНОМУ ОБУЧЕНИЮ**

Курсовая работа

Выполнила: Захарова Кристина Александровна, студентка

3 курса 134 группы \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ (подпись)

Специальность 44.02.02 Преподавание в начальных классах

Научный руководитель: Баирова Галина Бадмаевна, к.п.н

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ (подпись)

Заведующий кафедрой: Баирова Г.Б.

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(подпись)

Работа защищена Оценка \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

« » мая 2018г.

г.Улан-Удэ

2018

 **Содержание**

Введение…………………………………………………………………….……..3

**Глава 1. Теоретические основы изучения адаптации первоклассников к школьному обучению**…………………………………………………….……..5

1.1.Понятие «адаптация» как психолого-педагогическая проблема…………………………………………………………………………………...5

1.2.Психолого-педагогические особенности младшего школьного возраста……………………………………………………………………………………9

Выводы по первой главе………………………………………………………...13

**Глава 2. Исследование особенностей адаптации первоклассников к обучению в школе** ……………………………………………………….…………15

2.1. Методики определения адаптации первоклассников к школе.…………………………………………………………………………………15

2.2. Основные направления работы школы по адаптации первоклассников………………………………………………………………………………...23

Выводы по второй главе………………………………………………………...25

Заключение……………………………………………………………………….26

Список использованной литературы…………………………………………...28

 **Введение.**

Поступление ребенка в школу коренным образом меняет его положение. Основным занятием становится учебная деятельность. Все поступки, отношения с социальным окружением выстраиваются в соответствии с новыми обязанностями.Первокласснику не всегда удается быстро привыкнуть к новому образу жизни. Новый режим дня, необходимость сидеть на уроках спокойно, сохраняя правильную рабочую позу (так называемая статическая нагрузка), все это доставляет ребенку некоторый дискомфорт.Ребенка, пришедшего впервые в школу, встретит новый коллектив детей и взрослых. Ему нужно установить контакты со сверстниками и педагогами, научиться выполнять требования школьной дисциплины, новые обязанности, связанные с учебной работой. От благополучия адаптационного периода при поступлении в школу в значительной мере зависит успешность дальнейшей социальной деятельности ребенка. Для многих первоклассников трудна социальная адаптация, так как еще не сформировалась личность, способная подчиняться школьному режиму, усваивать школьные нормы поведения, признавать школьные обязанности.

Если ребенок не готов к новой социальной роли - роли школьника, то ему будет трудно в школе, даже при условии сформированного необходимого запаса знаний, умений и навыков, достаточного уровня интеллектуального развития. Все это может, и чаще всего, не совпадает с личностной готовностью ребенка к школе.

Ситуация новизны является для любого человека в определенной степени тревожной. Ребенок переживает эмоциональный дискомфорт, прежде всего, из-за неопределенности представлений о требованиях учителей, об особенностях и условиях обучения, о ценностях и нормах поведения в коллективе класса и пр.

Независимо от того, каким образом начинается учебный год в школе, процесс адаптации, так или иначе, идет. Вопрос только в том, сколько времени уйдет у ребенка и учителя на него и насколько этот процесс будет эффективен.

Психолого-педагогическая адаптация первоклассников к школьному обучению является одной из актуальных проблем. Обучение и воспитание личности первоклассника в начальной школе является составной частью всей системы образования. Раннее начало обучения, интенсификация учебной программы, увеличение объема информации, повешение требований к образованию, развитие умственных способностей детей, их творческой активности в общеобразовательной практике не всегда сочетаются с возможностями сохранения и укрепления здоровья, налаживанию взаимоотношений со сверстниками и учителями. Это порождает противоречие между потребностью в формировании всесторонне развитой личности, самостоятельной и творчески развитой, ценящей себя и других и необходимостью сохранения здоровья детей.

Цель исследования: выявить психолого-педагогические условия, способствующие благоприятной адаптации первоклассников к школьному обучению.

 Объект исследования: адаптация первоклассников к школьной жизни.

Предмет исследования: психолого-педагогические условия адаптации первоклассников к школьной жизни.

Задачи исследования:

- изучить психолого-педагогическую, учебно-методическую литературу по теме исследования;

- охарактеризовать психолого-педагогические особенности младшего школьного возраста;

- изучить психолого-педагогические аспекты школьной адаптации;

-исследовать уровень адаптации первоклассников к школьному обучению.

 Структура работы: введение, 2 главы, заключение, список использованной литературы.

**Глава I. Теоретические основы изучения адаптации первоклассников к школьному обучению.**

1.1.Понятие «адаптация» как психолого-педагогическая проблема.

Термин «адаптация» приспособление. Адаптация**-**процесс и результат внутренней и внешней гармонизации личности со средой, её умение приспособиться к своеобразию социума и одно из условий социализации.

Адаптация направлена на сохранение сбалансированной деятельности систем, органов и психической организации индивида при изменившихся условиях жизни.

Показателем адаптации человека является его успешность в деятельности и во взаимоотношениях другими людьми.

В обеспечении успешности адаптации большую роль играют взрослые участники образовательного процесса - учителя и родители. Личностные качества педагога, сохранение тесных эмоциональных контактов малышей со взрослыми членами семьи, постоянное и дружелюбное, конструктивное взаимодействие педагогов и родителей - залог создания и развития общего положительного эмоционального фона отношений в новом социальном пространстве, где сотрудничество учителей и родителей обеспечивает снижение уровня тревожности у всех действующих в нем субъектов. Это позволяет сделать период адаптации первоклассников недолгим, а его результаты – высокими.

Одной из сфер социальной адаптации первоклассника выступает его адаптация к школьной жизни.

Школьная адаптация понимается как приспособление ребенка к новой системе социальных условий, новым отношениям, требованиям, видам деятельности, режиму жизнедеятельности. Однако, адаптация - это не только приспособление к успешному функционированию в данной среде, но и способность к дальнейшему психологическому, личностному, социальному развитию.

Школа с первых дней ставит перед ребенком целый ряд задач, требующих мобилизации его интеллектуальных и физических сил. Для детей представляют трудности очень многие стороны учебного процесса. Им сложно высиживать урок в одной и той же позе, сложно не отвлекаться и следить за мыслью учителя, сложно делать все время не то, что хочется, а то, что от них требуют, сложно сдерживать и не выражать вслух свои мысли и эмоции, которые появляются в изобилии. Кроме того, не сразу усваиваются новые правила поведения со взрослыми, не сразу признаётся позиция учителя и устанавливается дистанция в отношениях с ним и другими взрослыми в школе.

Адаптация к школе - многоплановый процесс. Его составляющими являются физиологическая адаптация и социально-психологическая адаптация (к учителям и их требованиям, к одноклассникам). Все составляющие взаимосвязаны, недостатки формирования любой из них сказываются на успешности обучения, самочувствии и состоянии здоровья первоклассника, его работоспособности, умении взаимодействовать с педагогом, одноклассниками и выполнять школьные правила.

При легкой адаптации дети в течение двух месяцев вливаются в коллектив, осваиваются в школе, приобретают новых друзей. У них почти всегда хорошее настроение, они спокойны, доброжелательны, добросовестны и без видимого напряжения выполняют все требования учителя. Иногда у них все же отмечаются сложности либо в контактах с детьми, либо в отношениях с учителем, так как им еще трудно выполнять все требования правил поведения. Но к концу октября трудности, как правило, преодолеваются.

При более длительном периоде адаптации дети не могут принять новую ситуацию обучения, общения с учителем, детьми. Они могут играть на уроках, выяснять отношения с товарищем, они не реагируют на замечания учителя или реагируют слезами, обидами. Как правило, эти дети испытывают трудности и в усвоении учебной программы. У них адаптация заканчивается к концу первого полугодия.

И у отдельных детей адаптация связана со значительными трудностями. У них отмечаются негативные формы поведения, резкое проявление отрицательных эмоций, они с большим трудом усваивают учебные программы. На таких детей чаще всего жалуются учителя, что они «мешают» работать в классе.

Выделяют следующие уровни адаптации к школе.

Дети далеко не с одинаковой успешностью «вживаются» в новые условия жизнедеятельности.

В исследованиях Г.М. Чуткиной выявлено три уровня адаптации детей к школе.

- высокий уровень адаптации (легкий - 2 месяца). Ученик положительно относится к школе, предъявляемые требования воспринимает адекватно; учебный материал усваивает легко; прилежен, внимательно слушает указания, объяснения учителя; выполняет поручения без внешнего контроля; занимает в классе благоприятное статусное положение.

- средний уровень адаптации (средний - 3-6 месяцев). Ученик положительно относится к школе, ее посещение не вызывает отрицательных переживаний; понимает учебный материал, если учитель излагает его подробно и наглядно; сосредоточен и внимателен при выполнении заданий, поручений, указаний взрослого, но при его контроле; бывает сосредоточен только тогда, когда занят чем-то для него интересным; поручения выполняет добросовестно, дружит со многими одноклассниками.

- низкий уровень адаптации (тяжелый - 6 месяцев - 1 год). Ученик отрицательно или индифферентно относится к школе; нередки жалобы на нездоровье; доминирует подавленное настроение; наблюдаются нарушения дисциплины, объясняемый учителем материал усваивает фрагментарно, самостоятельная работа затруднена, ему необходим постоянный контроль; сохраняет работоспособность и внимание при удлиненных паузах для отдыха; пассивен; близких друзей не имеет.

Поступление в школу связано с возникновением важнейшего личностного новообразования - внутренней позиции школьника.

Внутренняя позиция представляет собой мотивационный центр, который обеспечивает направленность ребенка на учебу, его эмоционально-положительное отношение к школе, стремление соответствовать образцу «хорошего ученика».

Большинство исследователей (В.В. Давыдов, Э.М. Александровская, Е.Е. Даниловская и другие) выделяют три фазы адаптации:

1. Генерализованную реакцию, когда в ответ на новое воздействие практически все системы организма ребенка отвечают бурной реакцией и значительным напряжением (2-3 недели);

2. Неустойчивое приспособление, когда организм ищет и находит какие-то оптимальные (или близкие к оптимальным) варианты реакций на непривычное воздействие;

3. Относительно устойчивое приспособление, когда организм находит наиболее подходящие адекватно новым нагрузкам варианты реагирования, т.е. собственно адаптацию.

 Признаки успешной адаптации:

-удовлетворенность ребенка процессом обучения.

-насколько легко ребенок справляется с программой.

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

Но самым важным, признаком того, что ребенок полностью освоился в школьной среде, является его удовлетворенность межличностными отношениями - с одноклассниками и учителем.

Таким образом, можно сказать, что основным показателем благоприятной адаптации ребенка являются: формирование адекватного поведения, установление контактов с учащимися, учителем, овладение навыками учебной деятельности. Совместные усилия учителей, педагогов, родителей, врачей, психологов способны снизить риск возникновения у ребенка школьной дезадаптации и трудностей обучения.

**1.2 Психолого-педагогические особенности младшего школьного возраста.**

Младший школьный возраст - это особый период в жизни ребёнка, который связан с переходом ребенка к систематическому школьному обучению. Начало обучения в школе ведет к коренному изменению социальной ситуации развития ребенка. Он становится «общественным» субъектом и имеет теперь социально значимые обязанности, выполнение которых получает общественную оценку. Вся система жизненных отношений ребенка перестраивается и во многом определяется тем, насколько успешно он справляется с новыми требованиями.

Основной деятельностью школьного детства является учебная, в ходе которой ребенок не только осваивает навыки и приемы получения знаний, но и обогащается новыми смыслами, мотивами и потребностями, овладевает навыками социальных взаимоотношений.

В жизни ребенка наступает переломный момент. Возникает необходимость достаточно резкой смены игровой деятельности на учебную. Начинается довольно строгая регламентация по времени всего распорядка дня. На отдых как таковой времени почти не остается, очень большая доля нагрузки приходится на умственную работу. Открывается значение новой социальной позиции - позиции школьника. Формирование соответствующей внутренней позиции коренным образом меняет самосознание ребенка.

Д.Б. Эльконин рассматривает ребенка как целостную личность, активно познающую окружающий мир.

Среди видов ведущей деятельности, оказывающей наиболее сильное влияние на развитие ребенка, Д.Б. Эльконин выделяет две группы:

- в первую группу входят деятельности, которые ориентируют ребенка на нормы отношений между людьми.

- вторую группу составляют ведущие деятельности, благодаря которым усваиваются общественно выработанные способы действий с предметами.

Если до школы некоторые индивидуальные особенности ребёнка могли не мешать его естественному развитию, принимались и учитывались взрослыми людьми, то в школе происходит стандартизация условий жизни, в результате чего эмоциональные и поведенческие отклонения личностных свойств становятся особенно заметными.

На каждом этапе своего развития человек находится в той или иной социальной среде, в которой он общается, взаимодействует со своим окружением. В младшем школьном возрасте - это классный коллектив.

Хоть в младшем школьном возрасте на первом месте и стоит учеба, общение со сверстниками и учителем также является очень важным. Для нормального развития ребенка с самого его рождения общение играет немаловажную роль: с его помощью происходит освоение им окружающего мира.

Благоприятная коммуникативная обстановка позволяет первокласснику успешно адаптироваться, занять достойное социальное положение в классном коллективе и принять на себя новую социальную роль - роль ученика.

Отношения младшего школьника к учителю мало отличается от его отношения к родителям. Дети готовы подчиниться его требованиям, принимают его оценки и мнения, выслушивают поучения, подражают ему в поведении, манере рассуждать, интонациях. И от учителя ждут почти «материнского» отношения. Некоторые дети в начале обучения пытаются поддерживать с учителем тактильный контакт, расспрашивают его о нем самом, делятся своими личными сообщениями, рассматривают учителя как судью и арбитра в ссорах и обидах. В ряде случаев, если отношения в семье ребенка не отличаются благополучием, роль учителя нарастает, и его мнения и пожелания принимаются ребенком с большей готовностью, чем родительские. Общественный же статус и авторитет учителя в глазах ребенка часто бывает выше родительского.

Коллективные связи и отношения между детьми в начальной школе уменьшаются по сравнению с подготовительной группой детского сада.

Взаимоотношения первоклассников во многом определяются учителем через организацию учебной деятельности, он способствует формированию статусов и межличностных отношений в классе. Поэтому при проведении социометрических замеров можно обнаружить, что среди предпочитаемых часто оказываются дети, которые хорошо учатся, которых хвалит и выделяет учитель.

Постепенно личность учителя становится менее значимой, но связи с одноклассниками становятся более тесными и дифференцированными. Обычно дети начинают объединяться по симпатиям и общности каких-либо интересов. На первых этапах межличностной ориентации у некоторых детей заостренно проявляются не свойственные им черты характера: либо чрезмерная застенчивость, либо развязность. По мере установления и стабилизации отношений с другими дети обнаруживают подлинные индивидуальные особенности.

Характерная черта взаимоотношений младших школьников состоит в том, что их дружба основана, как правило, на общности внешних жизненных обстоятельств и случайных интересов:

- Сидят за одной партой;

- Живут рядом;

- Интересуются чтением, рисованием.

В младшем школьном возрасте особой значимостью обладает стиль, который выбирает учитель для общения с ребенком и управления классом. Этот стиль легко ассимилируется детьми, оказывая влияние на их личность, активность, общение со сверстниками.

Стиль общения с классом - одна из наиболее важных характеристик профессиональной деятельности учителя, характера егопедагогического руководства.

Для демократического стиля характерен широкий контакт с детьми, проявления доверия и уважения к ним, разъяснение вводимых правил поведения, требований, оценок. Личностный подход к ребенку у таких учителей преобладает над деловым: для них типично стремление давать исчерпывающие ответы на любые детские вопросы, учет индивидуальных особенностей, отсутствие предпочтения одних детей другим, стереотипности в оценке личности и поведении детей. При этом дисциплина выступает не как самоцель, а как средство, обеспечивающее успешную работу и хороший контакт. Учитель разъясняет детям значение нормативного поведения, учит управлять своим поведением в условиях доверительности и взаимопонимания.

Демократический стиль ставит взрослого и детей в позицию дружеского взаимопонимания. Он обеспечивает детям положительные эмоции, уверенность в себе, товарище, во взрослом, дает понимание ценности сотрудничества в совместной деятельности. Одновременно он объединяет детей, формирует чувство «мы», ощущение сопричастности к общему делу, давая опыт самоуправления. Оставшись на какое-то время без учителя, дети, воспитанные в условиях демократического стиля общения, стараются дисциплинировать себя сами.

Учителя с авторитарным стилем руководства проявляют ярко выраженные субъективные установки, избирательность по отношению к детям, стереотипность и бедность оценок. Их руководство детьми характеризуется жесткой регламентированностью. Он чаще пользуется запретами и наказаниями, ограничениями поведения детей. В работе деловой подход преобладает над личностным. Учитель требует безусловного, неукоснительного подчинения и определяет ребенку пассивную позицию, стремясь манипулировать классом, ставя во главу угла задачу организации дисциплины.

Такой стиль отчуждает учителя от класса в целом и от отдельных детей. Позиция отчуждения характеризуется эмоциональной холодностью, отсутствием психологической близости, доверия. Императивный стиль быстро дисциплинирует класс, но вызывает у детей переживание покинутости, незащищенности, тревожности. Как правило, дети побаиваются такого учителя. Применение авторитарного стиля говорит о твердой воле учителя, но в целом он антипедагогичен, так как деформирует детскую личность.

Наконец, учитель может реализовывать либерально-попустительский стиль в общении с детьми. Он допускает неоправданную терпимость, снисходительную слабость, попустительство, вредящее школьникам. Чаще всего такой стиль является следствием недостаточного профессионализма и не обеспечивает ни совместной деятельности детей, ни выполнения ими нормативного поведения. Даже дисциплинированные дети при таком стиле могут перейти к нарушениям этой самой дисциплины. Учебный процесс здесь постоянно нарушается своевольными поступками, шалостями, выходками детей. Ребёнок не осознает своих обязанностей.

Итак, общение учеников с учителем играет решающую роль в процессе адаптации ребёнка к школьной жизни.

Так же выбранный учителем стиль взаимодействия с классом во многом влияет на формирование отношения первоклассников к школе в целом и обучению в частности. Если личность классного руководителя является демократичной, то процесс усвоения правил школьной жизни, налаживания отношений со сверстниками и само обучение складываются благоприятным образом.

 **Выводы по первой главе**

Анализ психолого-педагогической литературы показал, что переход ребенка из дошкольного учебного заведения в школу является для него очень сложным и, в некоторой степени, травматичным моментом. Меняется вся система отношений ребенка с окружающим его миром. На место игре приходит учебная деятельность, которая требует значительных умственных, физических и психологических нагрузок.

Школьная адаптация является одной из сфер социальной адаптации. Адаптация первоклассника к школьной жизни - это многоплановый процесс, который включает в себя социализацию в группе сверстников, усвоению правил и норм школьной жизни, формированию внутренней позиции школьника.

Дети далеко не с одинаковой успешностью «вживаются» в новые условия жизнедеятельности. В исследовании Г.М. Чуткиной выявлено три уровня адаптации детей к школе: высокий, средний и низкий.

Наряду с термином «адаптация» широко используется термин «дезадаптация», применительно к детям, испытывающим трудности приспособления к школе. Термин «дезадаптация» обозначает нарушение процессов взаимодействия человека с окружающей средой.

Нарушение адаптивных процессов могут быть вызваны следующими факторами:

- Психологической не готовностью ребенка к обучению в школе;

- Недостаточной или чрезмерной интеллектуальной подготовкой ученика;

- Кризисом семи лет (утрата детской непосредственности, протест и неприятие всего того, что говорят взрослые и т.д.);

- Проблемами в сфере межличностных отношений в классном коллективе (с учителем и одноклассниками).

Если ребенок психологически не готов принять на себя новую социальную роль «школьника», он не сможет адаптироваться к школьной жизни. У ученика будет низкая успеваемость, даже если он обладает высоким уровнем интеллектуального развития, будут проблемы в коммуникативной деятельности, школьные правила не будут усвоены.

Стиль взаимодействия, выбранный учителем в качестве основного, в процессе общения с классом может либо помочь, либо же помешать процессу адаптации. Учитель-демократ наиболее предпочтительный вариант в начале обучения в школе. Если ребенок почувствует, что ему рады, готовы выслушать, оказать помощь, то он сможет пройти процесс адаптации с наименьшими психологическими и социальными последствиями для себя и других.

**Глава 2. Исследование особенностей адаптации первоклассников к обучению в школе**

2.1. Методики определения адаптации первоклассников к школе.

Процесс приспосабливания ребенка к школе очень многогранен и требует постоянного контроля и коррекции со стороны взрослых. Для обеспечения планомерности его протекания администрацией образовательного учреждения должна быть инициирована [разработка программы адаптации первоклассников](http://pedsovet.su/fgos/6292_programma_adaptacii_pervoklassnikov_k_shoke). Это комплексный документ, включающий различные мероприятия, среди которых главными являются:

* диагностика;
* адаптационные и корректирующие занятия с детьми;
* работа с родителями.

Для проведения диагностики можно использовать различные методики по исследованию [адаптации первоклассников к школе](http://pedsovet.su/metodika/70-1-0-5908_adaptacia_detey_1_5_klass):

* Рисуночная методика «Что мне нравится в школе»
* наблюдение;
* методику изучения учебной мотивации;
* метод Люшера;
* методику «Домики»;
* методику «Лесенка»;
* методику изучения школьной тревожности;
* рисуночную методику «Рисунок человека»;
* анкету «Внутренняя позиция школьника»;

Основное задание такой глубокой диагностики — выявить трудности адаптации первоклассников к школе и наметить способы их преодоления.

1. Методика «Два дома»

Цель исследования: определить круг значимого общения ребенка, особенности взаимоотношений в группе, выявление симпатий к членам группы.

Стимульный материал: лист бумаги, на котором нарисованы 2 стандартных домика. Один из них побольше, красного цвета, другой - поменьше, черного цвета.

Друзья заносятся в первый домик, а те, с кем не дружат - во второй.

2. Методика «Лесенка» .

Методика предназначена для выявления системы представлений ребёнка о том, как он оценивает себя сам, как, по его мнению, его оценивают другие люди и как он оценивает окружающих.

Ученикам предлагается лесенка с 5-ю позициями. На самой верхней ступени должны быть размещены лучшие друзья, на средней (третей) - просто товарищи, на нижней - те, с кем не дружат.

Процесс адаптации первоклассника к школьной жизни затрагивает несколько сфер его жизнедеятельности. Это и сфера межличностных отношений с классным руководителем и со сверстниками; сфера учебной деятельности, в которую входят усвоение учебной программы и правил школьной жизни.

3. Методика «Изучение внутренней позиции школьника».

Цель: выявление осознанности ребенком цели и важности учения

Оцениваемые УУД: действия, направленные на определение своего отношения к школе и школьной действительности; действия, устанавливающие смысл учения.

Возраст: ступень начальной школы (7 – 9 лет)

ОПРОСНИК

1. Тебе нравится в школе? Что нравится больше всего, а что хотелось бы изменить, чтобы в школе стало совсем замечательно?

2. Какая у тебя учительница? Она тебе нравится?

3. Какие занятия тебе больше всего нравятся? Почему?

4. Если тебе дома разрешат носить школьную форму и пользоваться школьными принадлежностями, а в школу разрешат не ходить, то это тебя устроит? Почему?

 5. Если бы мы сейчас играли в школу, то кем бы ты хотел быть: учеником или учителем?

6. Во время игры в школу что у нас было бы длиннее: перемена или урок?

7. У тебя есть друзья среди одноклассников?

Интерпретация результатов:

1-й вопрос. На этот вопрос дети, как правило, отвечают "да". Если на дополнительный вопрос: "Что нравится больше всего?" - ребенок отвечает "учиться, писать, читать, уроки", то можно поставить 1 балл. Если же ребенок говорит, что в школе ему больше всего нравится: "как со мной дружат", "ходить утром в школу", "играть, бегать, драться, гулять", "учительница", "перемена" - в общем, все, что не связано с учебной деятельностью, то за такой ответ ставится 0 баллов.

2-й вопрос. Можно поставить 1 балл, если ребенок говорит, что учительница ему нравится тем, "как учит", "вопросы задает", "учит писать, читать", "учит детей хорошему" и пр. Балл не ставится, если ребенок дает ответ "хорошая, красивая, добрая, не ругает", "ставит пятерки", "хорошо выглядит", "отношением к детям", поскольку такое отношение к учителю не затрагивает учебный процесс.

3-й вопрос. 1 балл ставится, если ребенок отвечает, что ему больше всего нравится "математика, чтение, письмо". 0 баллов - если больше всего нравится "гулять", "рисовать", "лепка, труд, физкультура", "играться", особенно если при этом ребенок говорит, что остальные предметы ему не нравятся.

4-й вопрос. Большинство детей на этот вопрос отвечают так. "Дома скучно без учителя, без парты", "дома нехорошо, а в школе лучше", "дома я не могу писать, а в школе нам говорят, что делать", "буду прогульщицей", "дома нельзя школьную форму носить, можно запачкать", "дом это не школа, там нет учителя". Когда ученик дает подобный ответ, иногда может сложиться впечатление, что он просто не понял вопроса, поэтому при желании его можно повторить. Но если ребенок не меняет своего ответа, то он оценивается в 0 баллов. 1 балл ставится, если ответ ученика примерно такой: "Хочу в школу ходить, не прогуливать, делать уроки", "в школе можно заниматься, читать, ум набавлять", "хочется учиться", "тогда не будешь ничего знать, надо учиться", "в школе можно всему научиться".

 5-й вопрос. Это достаточно каверзный вопрос, так как ребенок с несформированной позицией школьника будет воспринимать его не как вопрос о школе, а как вопрос об игре. Таким образом, ребенок показывает свою неготовность к обучению в школе, преобладание игровой, а не учебной ведущей деятельности. Поэтому если ребѐнок выбирает роль учителя ("я всегда играю учителя", "хочу учить детей") или роль ученика ("учеником быть интересней", "я еще маленький и ничего не знаю", "можно поднимать руку"), то ответ оценивается в 0 баллов. Если же ребенок выбирает роль ученика потому, что хочет "стать умным", "нравится учиться", "нравится решать примеры, писать", то за этот ответ можно поставить 1 балл.

6-й вопрос. В интерпретации данного вопроса применяется тот же принцип, что и в предыдущем. Если Ребенок будет выбирать перемену - 0 баллов, значит, его ведущей деятельностью все еще остается игра. Если ребенок выбирает урок ему ставится 1 балл, так как у него на первом месте стоит учебная деятельность.

7-й вопрос. С помощью данного вопроса можно выяснить отношения ребенка с одноклассниками. Если ученик плохо адаптируется к новой среде, то у него могут быть проблемы в общении. Поэтому 1 балл ставится, если ребенок говорит, что у него двое и более друзей, 0 баллов - если нет друзей или только один друг. Данный вопрос можно использовать для диагностики межличностных отношений, посчитав количество выборов, которое набрал каждый учащийся класса.

Уровни сформированности внутренней позиции школьника.

Если ответы ребенка суммарно оцениваются в 6-7 баллов - позиция школьника сформирована полностью. Ребѐнок знает цели, важность и необходимость учения. Проявляет познавательный интерес. Ведущая деятельность - учебная. Если 4-5 баллов, позиция сформирована средне. Ребенку нравится учиться, нравится ходить в школу, но цели и важность учения им не осознаются, а желание учиться заменяется установкой: "Надо учиться, я должен учиться". 3 и менее баллов - позиция школьника не сформирована.

Ребенок не осознает целей и важности учения, школа привлекает лишь внешней стороной. Ребенок приходит в школу, чтобы играть, общаться с детьми, гулять. Учебная деятельность ребенка не привлекает, ведущаядеятельность - игровая.

4. Методика «Исследование адаптации методом Люшера».

Цель: Определение эмоционального отношения ребенка к школьным ситуациям.

Учитель раскладывает перед ребенком цветные карточки на чистом листе бумаге. А 4 в произвольном порядке.

 Инструкция.

1. Посмотри внимательно и скажи, на какой из этих цветов больше всего похоже твое настроение, когда ты утром идешь в школу? Чаще всего, обычно. Назови или покажи пальцем.

2. А дома в выходные дни?

3. На какой из этих цветов больше всего похоже твое настроение, когда ты сидишь на уроке?

4. А когда отвечаешь у доски?

5. А перед контрольной или проверочной работой?

6. Когда с ребятами на перемене играешь или общаешься?

7. Когда с учителем разговариваешь?

А теперь выбери из этих цветов тот, который больше всего нравится тебе, кажется красивее других (психолог убирает карточку, выбранную ребенком). А из оставшихся? (снова убирает карточку, выбранную ребенком, и т.д.).

При выборе синего, зеленого, красного, желтого цветов отмечаются положительное отношение, установка, эмоциональное состояние, хорошее настроение.

При выборе черного цвета отмечаются отрицательное отношение, негативизм, резкое неприятие того, что происходит, преобладание плохого настроения.

 При выборе серого цвета отмечаются нейтральное отношение, отсутствие эмоций, пассивное неприятие, равнодушие, опустошенность, ощущение ненужности.

 При выборе коричневого цвета отмечаются тревога, беспокойство, напряжение, страх, неприятные физиологические ощущения (болит живот, голова, подташнивает и пр.).

 При выборе фиолетового цвета отмечаются инфантилизм, капризы, неустойчивость установок, безответственность, сохранение «позиции ребенка».

Определение эмоциональной самооценки ребенка.

 Если общий цветовой выбор ребенка начинается с синего, зеленого, красного, желтого цветов, то в этом случае самооценка у ребенка позитивная, он отождествляет себя с хорошими детьми.

 Если общий цветовой выбор начинается с черного, серого, коричневого цветов, то в этом случае у ребенка негативная самооценка, он отождествляет себя с плохими людьми, сам себе не нравится.

 Если общий цветовой выбор начинается с фиолетового цвета, то в этом случае у ребенка инфантильная самооценка, личностная незрелость, сохранение установок и манеры поведения, свойственных младшему возрасту.

Определение эмоционального состояния ребенка в школе

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Цвет | Красный | Желтый | Зеленый | Фиолетовый | Синий | Коричневый | Черный | Серый |
| Место цвета в норме | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Место цвета в выборе ребенка | 3 | 8 | 2 | 1 | 5 | 7 | 4 | 6 |
| Разность | 2 | 6 | 1 | 3 | 0 | 1 | 3 | 2 |

ЭС = 2 + 6 + 1 + 3 + 0 + 1 + 3 + 2 = 18

20 < ЭС < 32 — преобладание отрицательных эмоций. У ребенка доминируют плохое настроение и неприятные переживания. Плохое настроение свидетельствует о нарушении адаптационного процесса, о наличии проблем, которые ребенок не может преодолеть самостоятельно. Преобладание плохого настроения может нарушать сам процесс обучения, но свидетельствует о том, что ребенок нуждается в психологической помощи.

10 < ЭС < 18 — эмоциональное состояние в норме. Ребенок может радоваться, печалиться, поводов для беспокойства нет, адаптация протекает в целом нормально.

0 < ЭС < 8 — преобладание положительных эмоций. Ребенок весел, счастлив, настроен оптимистично, пребывает в состоянии эйфории.

 Анализ

При выборе ребенком коричневого, серого цветов во всех семи случаях и фиолетового цвета в ситуациях «самочувствие дома, общая установка по отношению к школе, взаимоотношение с классным руководителем» — ставится 0 баллов.

При выборе черного цвета — 1 балл.

При выборе синего, зеленого, красного, желтого — 1 балл.

Если ответы ребенка оцениваются в 6–7 баллов — общее эмоциональное отношение ребенка к школе положительное.

Если ответы оцениваются в 4–5 баллов — возможно проявление негативного отношения как в целом к школе, так и к отдельным сторонам учебного процесса.

Если ответы оцениваются в 0–3 балла — у ребенка преобладает негативное отношение к школе.

Эмоциональное состояние ребенка в школе анализируется отдельно.

5.Рисуночная методика «Рисунок человека»

Цель: Изучение умственного развития школьника.

 Эта методика взята нами в качестве дополнительной к основному набору методов и используется для выявления отклонений в умственном развитии ребенка. Таким образом, если у школьного психолога после проведения исследования появились сомнения, стоит дополнительно попросить ребенка сделать рисунок человека.

 Интерпретация данной методики взята нами у автора без изменений.

 За каждую из основных деталей ставят по 2 балла. К основным деталям относятся: голова, туловище, глаза, рот, нос, руки, ноги; парные детали оценивают в 2 балла независимо от того, изображены ли они обе или только одна. 1 балл ставится за каждую из следующих второстепенных деталей: уши, волосы (или шапка), брови , шея, пальцы, одежда, ступни (обувь). За правильное количество пальцев добавляют еще 1 балл.

За пластический способ изображения — 8 дополнительных баллов; за промежуточный (при наличии хотя бы отдельных пластических элементов) — 4 балла; если способ изображения схематический, причем руки и ноги изображены двойными линиями, добавляется 2 балла. За схематическое изображение, в котором руки или ноги изображены одинарной линией или отсутствуют, дополнительных баллов нет.

|  |  |
| --- | --- |
| **Возраст** | **Баллы** |
| 5,1–6,0 | 14–22 |
| 6,1–7,0 | 18–25 |
| 7,1–8,0 | 20–26 |
| 8,1–9,0 | 22–27 |
| 9,1–10,0 | 23–28 |
| 10,1–11,0 | 24–30 |

Анализ

Если рисунок ребенка соответствует норме, то никаких дополнительных баллов к общему баллу не добавляется.

Если в рисунке ребенка обнаруживается отставание от возрастной нормы, то от общего балла в целом по исследованию отнимается еще 5 баллов.

**2.2 Основные направления работы школы по адаптации первоклассников.**

Одним из условий адаптации первоклассника в школе выступает отношение социальной среды ребёнка к его успехам и неудачам, где ведущая роль принадлежит учителю. С помощью игровых методов развивающего и психокоррекционного характера учитель может помочь ребёнку в успешной адаптации. Игра – важнейшее средство включения детей в учебную деятельность, способ обеспечения эмоционального отклика на воспитательные воздействия и нормальных (без перегрузок) условий жизнедеятельности.

Программа мероприятий :

1. Проведение упражнений и игр с целью снижения двигательной активности и усталости ребенка

2. Игра «Маленький пушистый зверек», целью которой была нормализация обстановки в классе, установление тишины и рабочей атмосферы;

3. Глазная гимнастика на уроках чтения, пальчиковая на уроках письма, дыхательная после перемены и уроков физкультуры;

4. Физические минутки и расслабляющие упражнения, целью которых было восстановление рабочего настроения у учеников, снижение мышечных зажимов и двигательной расторможенности, а так же для концентрации внимания на заданиях учителя.

Стоит заметить, что такие формы работы наиболее предпочтительными для первоклассников. Особенно физические минутки («Капустка», «Замок» - и игра («Запрещенное движение»).

Рекомендуется применять следующие игровые методы и упражнения: психофизические упражнения и игры, способствующие снятию мышечных зажимов, эмоционального напряжения, переключению внимания, повышению работоспособности;

Подвижные игры и игры, развивающие "комплекс произвольности", которые пробуждают активность ребёнка, его сообразительность, ловкость, быстроту реакции, дисциплинируют, сплачивают играющих;

Все указанные выше игровые методы и упражнения можно использовать как во время уроков, на переменах, прогулках, так и на специально организованных занятиях.

Тематическое рисование хорошо сочетается с мимическими и пантомимическими упражнениями. При чередовании изобразительной деятельности с играми, тренирующими выразительные движения, происходит взаимоусиление влияния на ребёнка и той и другой деятельности, что в свою очередь ведёт к улучшению его общения со сверстниками. Сам процесс рисования способен влиять на поведение детей: они делаются спокойнее и доступнее.

 Проведение игр с целью установления контакта и укрепления межличностного взаимодействия между первоклассниками.

Так как общение является одним из главных компонентов адаптации учеников к школьной жизни и в связи с выявленными затруднениями в данной сфере жизнедеятельности учеников был подобран ряд игр, способствующих сплочению детского коллектива, предполагающих тесное взаимодействие друг с другом. А так же в процессе игр происходило преодоление таких проблем, как заниженная или завышенная самооценка, зажатость и стеснительность.

 - «Тень»;

- «Скульптор»;

- «Танец»;

- «Волшебные очки»;

Очень показательный результат может дать игра «Волшебные очки». В ходе нее ученикам нужно сказать по одному хорошему качеству об одноклассниках. Смысл этой игры был в том, чтобы показать детям, что у каждого человека есть хорошие качества. Нет плохих людей, каждый хорош по-своему. И комплимент, полученный от одноклассника, с которым были проблемы в общении, воспринимался на порядок выше и эмоциональнее (положительная окраска), чем комплименты друзей.

Подобранные психолого-педагогические мероприятия по работе с первоклассниками могут быть использованы в дальнейшей деятельности классного руководителя.

 **Выводы по второй главе**

В виду того, что обучение вошло в жизнь первоклассников относительно недавно игра занимает наиболее важное место в сознании учеников, нежели учебная деятельность. Данный вывод во многом обусловил выбор методов работы с первоклассниками по стабилизации межличностного взаимодействия в группе сверстников, а также для концентрации внимания в процессе познавательной деятельности.

Метод игры наиболее предпочтительный в процессе работы с первоклассниками. Она позволяет им выйти за рамки тех правил, которые необходимо было соблюдать на уроках, не было никакой необходимости в строгой регламентации действий учеников, а так же им предоставляется свобода творчества, можно было подключить к работе воображение. Игра помогает первоклассникам преодолеть те трудности в коммуникации, которые были прежде. Здесь каждый может ошибиться, посмеяться над этим и не бояться получить замечание. В процессе игрового взаимодействия все равны друг перед другом, полностью отсутствует соревновательный момент.

Первоклассники с готовностью включаются в данные формы работы, выполняют все упражнения вместе с ведущим, хором проговаривают сопровождающий текст к тому или иному упражнению.

Необходимо отметить, что все мероприятия приносят положительные результаты, так как они носят постоянный, систематический характер. А так же учет особенностей развития первоклассников, преобладание игрового мотива над учебным позволяет подобрать наиболее действенные формы работы по преодолению всех имеющихся затруднений.

 **Заключение**

Адаптация - это приспособление организма к условиям среды. Она направлена на сохранение сбалансированной деятельности систем, органов и психической организации индивида при изменившихся условиях жизни.

Многие авторы занимались исследованием процесса адаптации в различных ее аспектах: в социальном, социально-педагогическом, психолого-педагогическом и др. И способы рассмотрения данного явления имеют как общие, так и различные черты.

Так, Сафронова В.М. занималась изучением социального аспекта адаптации и разделяла ее на различные уровни, и как результат - социальную адаптацию раскрывала с разных позиций. Э.М. Александровская, Е.Е. Даниловская, В.В. Давыдов и др. исследуя процесс адаптации, так же разделяли ее на несколько уровней.

Адаптация первоклассников к школьной жизни является одной из актуальных проблем, стоящих перед педагогической наукой и практикой. Обращение к данной проблеме обусловлено ориентацией на личность школьника и фиксации потребности в социально адаптированных учащихся.

Обучение и воспитание личности первоклассника в начальной школе является составной частью всей системы образования. Раннее начало обучения, интенсификация учебной программы, увеличение объема информации, повышение требований к образованию, развитие умственных способностей детей, их творческая активность в общеобразовательной практике не всегда сочетаются с возможностями сохранения и укрепления здоровья, налаживанию взаимоотношений со сверстниками и учителем. Это порождает противоречие между потребностью в формировании всесторонне развитой личности, самостоятельной и творческой, ценящей себя и других, и необходимостью сохранения здоровья детей.

Главная роль в создании благоприятного климата в классе принадлежит учителю. Ему необходимо постоянно работать над повышением уровня учебной мотивации, создавая ребенку ситуации успеха на уроке, во время перемены, во внешкольной деятельности, в общении с одноклассникам.

Таким образом, анализ научной литературы подтвердил необходимость глубокого изучения проблемы адаптации к школе в самом начале процесса обучения.

 Именно поэтому целью нашего исследования необходимо было выявить психолого-педагогические условия, способствующие благоприятной адаптации первоклассников к школьному обучению.

 **Список использованной литературы**

1. Адаптация организма школьников к учебным и физическим нагрузкам. / Под ред. А.Г. Хрипковой. - М., 2010.

2.Марцинковская Т.Д, Психология и педагогика: Учебник / Т.Д Марцинковская , Л.А Григорович. м. : Проспект ,2013 -464 с

3. Битякова М.Р. Организация психологической работы в школе. - М.: Совершенство, 2010 - с. 258.

4. Немов, Р.С. Общая психология. В 3-х т. Общая психология: Учебник /Р.С Немов. - М.: Юрайт , 2012.-2472с

5. Гургенидзе Ю. Статья «Как помочь первокласснику освоится в школе?»/Статьи по психологии // Интернет-ресурс: http://www.spravka050.ru/article/psicho/10638.

6. Обухова Л.Ф. Возрастная психология: Учебник для бакалавров /Л.Ф Обухова. - М.: Юрайт , 2013 -460 с

 7. Индивидуальные особенности психического развития / Словарь // Интернет-ресурс:http://business.amiro.ru/knowledge/razvitie-rebenka/indi vidualnye-osobennosti-psihicheskogo-razvitija

8.Столяренко , Л.Д .Психология и педагогика: краткий курс лекций /Л.Д. Столяренко , В.Е .Столяренко .- М.: Юрайт ,2013.- 134 с

9. Кравцова Е.Е. Психологические проблемы готовности детей к обучению в школе. - М., 2010

 10. Болотова, А.К. Психология развития и возрастная психология : Учебное пособие / А.К. Болотова, О.Н. Молчанова. – М.: ИД ГУ ВШЭ ,2012 . – 526 с

 11.  Безруких, М.М. Трудности обучения в начальной школе: Причины, диагностика, комплексная помощь / М.М. Безруких. – М.: Эксмо, 2010. – 464 с.12. Расти первоклашка: энциклопедия для родителей / М.М. Безруких, Т.А. Параничева, Л.А.Леонова и др., под ред. М.М.Безруких. – М.: Эксмо, 2010. – 640 с.

13. Физиология развития ребенка: Руководство по возрастной физиологии. / Под ред. М.М. Безруких, Д.А. Фарбер. – М.: Издательство Московского психолого-социального института, Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2010. – 768с.

14.Волков Б.С. Психология младшего школьника: Учебное пособие. - М.: Педагогическое общество России, 2012.- 128с.

15.Долгова В.И., Аркаева Н.И., Капитанец Е.Г. Инновационные психолого-педагогические технологии в начальной школе/монография. – М.: Издательство Перо, 2015. – 200с.

16.Налчаджян А. А. Психологическая адаптация. - М.: Эксмо, 2010. - 368 с.

17.Истратова О.Н. Справочник психолога начальной школы: Справочник для практических психологов, педагогов и студентов, психологических и педагогических специальностей. - Изд.3-е. - Ростов н./Дону: Феникс, 2013,- 442с.

18.Долгова В.И., Аркаева Н.И., Капитанец Е.Г. Инновационные психолого-педагогические технологии в начальной школе / монография. – М.: Издательство Перо, 2015. – 200с.

19.Томчук А. С. Психолого-педагогические условия успешной адаптации первоклассников к школьному обучению // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 10. – С. 161–165.