

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«ПЕНЗЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Факультет педагогики, психологии и
социальных наук

Кафедра
«Педагогика и психология»

Направление подготовки

44.04.01 Педагогическое образование

Магистерская программа

Социальная педагогика

МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ

на тему

**«Педагогическая поддержка дезадаптированных первоклассников в
образовательном процессе школы»**

Студент

Тюрина

Олеся Петровна (фio
полностью)

(подпись, дата)

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	5
Глава 1 Теоретические основы реализации педагогической поддержки дезадаптированных первоклассников в образовательном процессе школы	11
1.1 Сущность понятия «дезадаптация школьников» в современных педагогических исследованиях	11
1.2 Специфика процесса и причины школьной дезадаптации первоклассников	19
1.3 Потенциал педагогической поддержки дезадаптированных школьников (первоклассников)	27
Выводы по главе 1	34
Глава 2 Опытно-экспериментальная работа по реализации педагогической поддержки дезадаптированных школьников (первоклассников).....	35
2.1 Изучение уровней адаптированных первоклассников	35
2.2 Реализация программы педагогической поддержки дезадаптированных первоклассников	43
2.3 Оценка эффективности опытно-экспериментальной работы по применению педагогической поддержки дезадаптированных первоклассников.....	48
Выводы по главе 2	57
Заключение.....	62
Список использованных источников.....	65
Приложения	74

ВВЕДЕНИЕ

Происходящие в современной России социально-экономические и культурные преобразования, ужесточение требований, предъявляемых обществом к индивиду, смена ценностей и многие другие условия, оказывают влияние на формирование личности ребенка.

Актуальность исследования школьной дезадаптации первоклассников определяется тем, что в настоящее время подобные затруднения, по данным федеральной службы государственной статистики, испытывают около 36% учащихся начальных классов общеобразовательной школы, причем отмечается тенденция к дальнейшему росту их количества. Этому способствуют изменения в социально-экономической сфере, которые соответственно влияют на условия жизни детей, а также интенсификация учебной деятельности, что определяет необходимость углубленного анализа адаптации первоклассников к школе.

Соловьева Д.Ю. описывает школьную адаптацию как приспособление ребенка к новой системе социальных условий, новым отношениям, требованиям, видам деятельности, режиму жизнедеятельности, соответственно дезадаптация рассматривается ею как недостаточное освоение навыков приспособления к вышеуказанным условиям.

Поступление детей в школу означает смену их общественной роли и влечет за собой перемены устоявшихся стандартов действия и отношений с окружающими, потребность изучения и освоения новейших общепризнанных требований, норм и условий, предъявляемых к нему школой, педагогом и родителями.

Школьная адаптация представляет собой процесс приспособления ребенка к новым социальным условиям и требованиям, видам деятельности и режиму жизнедеятельности школьного обучения, и в большинстве случаев данный процесс имеет стихийный характер.

В случаях, когда данный процесс не происходит, то речь идет о процессе школьной дезадаптации. Так, можно сказать, что благополучное сочетание

социальных внешних условий ведет к адаптированности, неблагополучное – к дезадаптации.

Состояние научной разработанности проблемы исследования. Е.Ю. Петрова определяет школьную дезадаптацию как сложное, социально-психолого-педагогическое явление, являющееся результатом нарушения адаптационного механизма социализации личности [54].

А.С. Точук, исследовавший проблемы аномального развития личности в детском и подростково-юношеском возрасте, определяет школьную дезадаптацию, как «невозможность школьного обучения и адекватного взаимодействия ребенка с окружением в условиях, предъявляемых данному конкретному ребенку той индивидуальной микросоциальной средой, в которой он существует» [72].

Исследователи (Ш.А. Амонашвили, В.С. Мухина, Г.М. Чуткина [51; 78]) выделяют множество различных причин школьной дезадаптации детей как с нарушенным, так и с нормальным вариантом развития, в ряду которых не только нарушения различного характера, но и особенности взаимоотношений с родителями и характер семейного воспитания. Анализ проведенных исследований последних лет позволяет отметить недостаточную психолого-педагогическую компетентность родителей во взаимодействии с детьми, испытывающими трудности адаптации при вхождении в новую социальную среду начальной школы.

Таким образом, актуальным на сегодняшний день становится подробное рассмотрение проблемы преодоления школьной дезадаптации к школьному обучению младших школьников, путем установления взаимодействия с родителями, детьми и педагогами.

Таким образом, в настоящее время особенно остро осознаются следующие противоречия: между объективной потребностью общества и школы в успешной адаптации каждого ребенка к обучению и реальным ростом числа первоклассников, проявляющих признаки школьной дезадаптации; между пониманием педагогическим сообществом необходимости комплексного

подхода к поддержке дезадаптированного ребенка (с участием семьи) и преобладанием в практике работы школ фрагментарных, эпизодических мер, направленных лишь на академическую успеваемость; между индивидуальными потребностями дезадаптированного первоклассника в особых педагогических условиях и недостаточной разработанностью конкретных моделей и технологий организации такого взаимодействия (учитель + ребенок + родитель) в рамках целостной системы педагогической поддержки.

Данные противоречия позволили определить проблему исследования: поиск и научное обоснование эффективных организационно-педагогических условий построения системы взаимодействия учителя, родителей и самого ребенка, обеспечивающей успешную педагогическую поддержку и преодоление состояния дезадаптации у первоклассников.

В рамках этой проблемы сформулирована тема исследования «Педагогическая поддержка дезадаптированных школьников (первоклассников)».

Цель исследования: теоретически обосновать, разработать и экспериментально проверить эффективность программы педагогической поддержки для преодоления школьной дезадаптации первоклассников.

Объект исследования: школьная дезадаптация первоклассников.

Предмет исследования: программа педагогической поддержки для преодоления школьной дезадаптации первоклассников.

Гипотеза исследования: систематическая и целенаправленная педагогическая поддержка первоклассников, испытывающих трудности школьной дезадаптации, будет способствовать их успешному вхождению в учебную деятельность и гармонизации эмоционального состояния.

Для реализации цели исследования и подтверждения гипотезы необходимо решить следующие **задачи**:

- провести анализ теоретических основ реализации педагогической поддержки дезадаптированных первоклассников в образовательном процессе школы;

- выявить специфику процесса и причины школьной дезадаптации первоклассников;
- провести оценку эффективности опытно-экспериментальной работы по применению педагогической поддержки дезадаптированных первоклассников;
- разработать и апробировать программу педагогической поддержки дезодорированных первоклассников.

Методологические и теоретические основы исследования:

- подходы к изучению особенностей адаптации и дезадаптации в процессе обучения в школе (В.Н. Дружинина, В.П. Зинченко, В.Е. Коган; М.Г. Петровский и др.);
- представления о психологических особенностях младших школьников (Л.С. Выготский, А.В. Запорожец, Л.А. Вегнер и др.);
- основные аспекты адаптации к школе (Ш.А. Амонашвили, Н.Г. Лусканова, Р.В. Овчарова, И.А. Коробейников, С.А. Беличева, Л.С. Выготский, М.М. Безруких, А.Я. Варламова, С.И. Семенака и др.).

Методы исследования:

1. Теоретические методы: сравнительно-сопоставительный, аналитико-синтетический, моделирование;
2. Психодиагностические: проективная методика «Школа зверей» Т.А. Нежновой, методика «Наблюдение по схеме: «Отношение ребенка к учебной деятельности и сверстникам» В.М. Сафроновой, методика Н.Г. Лускановой «Анкета по оценке уровня школьной мотивации учащихся начальной школы».

Эмпирическая база исследования: 30 первоклассников из 1 «а» и 1 «б» классов МБОУ СОШ №50 г. Пензы.

Логика и основные этапы исследования:

1) теоретический анализ научной литературы – выявление актуальных проблем психолого-педагогической науки и практики; определение имеющихся противоречий, проблемы и темы научного исследования; изучение, анализ, синтез и обобщение научной литературы по проблеме исследования; формулирование понятийного и методологического аппарата исследования;

2) констатирующий этап исследования – организация и проведение исследования актуального уровня школьной дезадаптации младших школьников; анализ и интерпретация полученных результатов;

3) формирующий этап исследования – разработка педагогической поддержки для преодоления школьной дезадаптации первоклассников;

4) контрольный этап исследования – проведение повторного исследования уровня школьной дезадаптации первоклассников, оценка динамики полученных результатов, анализ и интерпретация данных, формулирование выводов об эффективности проведенной работы).

Теоретическая значимость исследования заключается в том, что проведенное исследование систематизирует и расширяет теоретические представления о сущности, структуре и проявлениях школьной дезадаптации применительно к первоклассникам. Работа вносит вклад в развитие теории педагогической поддержки путем конкретизации ее содержания, принципов и механизмов при работе с дезадаптированными младшими школьниками.

Практическая значимость исследования состоит в том, что разработана и апробирована конкретная программа педагогической поддержки дезадаптированных первоклассников, которая может быть внедрена в практику работы общеобразовательных школ.

Основные положения (результаты) исследования:

1. Теоретическое обоснование модели педагогической поддержки дезадаптированных первоклассников, которая представляет собой целостный процесс, основанный на принципах индивидуализации, сотрудничества, системности и опережающей помощи, и структурно включает в себя мотивационно-целевой, содержательный, организационно-деятельностный и оценочно-результативный компоненты.

2. Комплекс организационно-педагогических условий, обеспечивающих эффективность реализации модели педагогической поддержки: организация непрерывной психолого-педагогической диагностики уровня адаптации и индивидуальных особенностей первоклассников; реализация системы

мероприятий, направленных на создание благоприятного эмоционального климата в классе и ситуации успеха для каждого ребенка; целенаправленная работа по включению родителей в единый коррекционно-развивающий процесс на основе партнерского взаимодействия со школой.

3. Эмпирически доказанная эффективность предложенной программы, выраженная в положительной динамике следующих показателей у первоклассников экспериментальной группы: снижение уровня школьной тревожности; повышение учебной мотивации и познавательной активности; формирование адекватной самооценки; улучшение навыков социального взаимодействия со сверстниками и взрослыми.

Магистерская диссертация состоит из введения, трех глав, заключения, списка использованных источников и приложений.

ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ ДЕЗАДАПТИРОВАННЫХ ПЕРВОКЛАССНИКОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОЦЕССЕ ШКОЛЫ

1.1 Сущность понятия «дезадаптация школьников» в современных педагогических исследованиях

В современном обществе отмечаются значимые психологические проблемы, среди которых ведущую роль занимает дезадаптация, связанная с девиантным поведением. Ускоренное развитие науки и техники, урбанизация, смена социально-экономических формаций, а также внедрение рыночных отношений усилили внимание к проблеме дезадаптации в области педагогической психологии.

Трудности адаптации к новым жизненным условиям негативно влияют не только на социальную и психологическую сферы личности, но и снижают активность в коллективе у тех, кто пренебрегает психическим здоровьем.

Термин «дезадаптация» представлен множеством определений. Анализ его этимологии показывает, что основа слова «adaptation» корнями уходит в позднелатинский язык и в буквальном переводе означает «приспособление» либо «прилаживание». В латинском языке глагол «adaptare» переводится как «приспосабливать», а «adapto» — «приспосабливаюсь», «подгоняю». В англоязычной терминологии адаптация трактуется как процесс приспособления, преобразования, адаптации [52]. Латинская приставка de- обычно служит для передачи значения уничтожения, исчезновения или полного отсутствия объекта, а также реже — уменьшения, искажения или деформации.

Этимологический анализ терминов не совпадает с их лексическими определениями, однако он помогает глубже понять их смысл.

Учёные предлагают разные определения понятия «дезадаптация». Так, Ю.А. Александровский рассматривает дезадаптацию как нарушение механизмов психической адаптации, возникающее под влиянием острого или

хронического эмоционального стресса и сопровождающееся активацией защитных реакций [4]. По А.В. Мудрику, дезадаптация — это неспособность индивида адаптироваться к требованиям социально значимой деятельности [51].

Молодцова понимает дезадаптацию как нарушения гармоничного развития личности, возникающие внутри индивида либо в процессе его взаимодействия с обществом, что приводит к внутренним страданиям, сбоям жизнедеятельности, разрушению стереотипов поведения и межличностных связей, а также формированию деструктивных социальных моделей, способных нанести значительный материальный либо моральный ущерб [49].

Термин «дезадаптация» описывает множество состояний, которые варьируются от лёгких нарушений, вызывающих переживание неудач и жизненных сложностей, до серьёзных сбоев адаптационных процессов, способных служить индикаторами психических расстройств непсихотического типа. В результате исследования выявлено, что дезадаптация возникает вследствие дисфункций адаптационных механизмов на уровне организма, субъекта и личности.

По мнению И.А. Коробейникова, термин «дезадаптация» имеет два ключевых значения [42]:

1. В обыденном смысле термин «дезадаптация» обозначает комплекс нарушений адаптивных процессов, включая варианты, не достигшие патологии.
2. Узкая трактовка дезадаптации ограничивает её предболезненным периодом, характеризующимся нарушениями психической нормы, не выливающимися в заболевание.

Поведение и психические процессы, по Л.Н. Зыбиной, считаются дезадаптивными, если они не способствуют разрешению сложностей, наоборот, усугубляя их, и вызывая усиление негативных эмоций [32]. К объективным проявлениям дезадаптации личности относят изменения в социальных реакциях, несоответствие исполнения социальных ролей, а также патологическую перестройку поведения.

Субъективные изменения охватывают психоэмоциональную сферу и включают состояние от простого эмоционального дискомфорта до серьезных психопатологических состояний клинического уровня. В представлении А.А. Налчаджяна дезадаптация может проявляться разными формами. К примеру, временная дезадаптация связана с нарушением баланса между личностью и окружающей средой, что ведет к запуску компенсаторных механизмов. При устойчивой ситуативной дезадаптации у пациента фиксируется нехватка внутренних ресурсов для преодоления проблем, при этом сохраняется мотивация к адаптации, которая реализоваться не может. Общая устойчивая дезадаптация характеризуется длительной фрустрацией, провоцирующей формирование патологических механизмов психологической защиты [54].

Р.М. Баевский, Н.К. Смирнова и С.Б. Семичев выделяют дезадаптацию как синдром с переходным и своеобразным характером. Хотя она имеет сходство с патологическим процессом, её состояние не подпадает под критерии клинической соотнесённой классификации. Дезадаптация проявляется через усиленную восприимчивость к ряду заболеваний, возникающих из-за негативного воздействия внешних факторов. Этот процесс развивается в потенциально замкнутом порочном круге. Возникновение дезадаптации чаще всего связано со стремительными изменениями жизненных условий, разрушением привычной среды либо формированием устойчивой психотравмирующей ситуации [35].

Значительную роль играют также индивидуальные особенности либо личностные недостатки, препятствующие формированию адекватных условиям поведения и успешному выполнению поставленных задач.

В.Н. Мясищев указывал на то, что патогенный эффект травмирующих факторов обусловлен не только объективными обстоятельствами, но и субъективной реакцией личности на них. Следовательно, нарушение процесса адаптации вначале определяется мотивационной организацией личности, а также ее эмоциональными и интеллектуальными характеристиками. В рамках онтогенетического подхода акцент делается на кризисных и переходных этапах

жизни, в ходе которых меняются «социально-развивающие ситуации», требующие перестройки адаптивных моделей поведения [53].

С.А. Беличева провела комплексный анализ понятия трудновоспитуемости и представила её социально-психологическую характеристику как разновидность социальной дезадаптации, проявляющейся в поведении, не соответствующем установленным нормам и требованиям социальной среды, в которой индивид развивается [8]. Классификация дезадаптации преимущественно основана на форме её проявления: внешние признаки или смешанные типы, отражающие нарушение связей личности с окружением, обществом и внутренним «я».

Автор трактует дезадаптацию как сложное явление, которое делится на несколько форм: патогенную, психосоциальную и социальную. Они отличаются по сути, характеру и степени выраженности. Патогенная дезадаптация связана с психическими расстройствами, возникающими при нарушениях развития либо психоневрологических заболеваниях, обусловленных органическими или функциональными повреждениями центральной нервной системы. В клинической практике встречаются ее постоянные хронические и переменчивые варианты.

Психосоциальные проблемы адаптации обусловлены особенностями пола и возраста субъектов, а также их индивидуальными психологическими характеристиками, проявляющимися в нестандартности и сложности воспитания. Решение этих задач требует использования специализированных психолого-педагогических коррекционных программ. В адаптации выделяют устойчивые и временно нестабильные варианты.

Социальная дезадаптация характеризуется нарушением моральных и правовых норм, проявляясь через асоциальные формы поведения, а также искажение внутренних механизмов саморегуляции, ценностных ориентаций и социальных установок. Такие нарушения приводят к педагогической и социальной запущенности среди детей и подростков.

В психологической литературе, в частности в работах А.В. Петровского и В.В. Непалинского, выделяют три основных типа дезадаптации личности [57].

Первая позиция характеризуется устойчивой дезадаптацией в конкретной ситуации, когда субъект не способен выявить подходящие способы и методы адаптации, что соответствует малоэффективному приспособлению. Вторая позиция демонстрирует временное расстройство адаптации, которое можно корректировать посредством адаптивной помощи — эту ситуацию условно рассматривают как неустойчивую адаптацию. Третья позиция связана с выраженной устойчивой дезадаптацией, сопровождающейся чувством фрустрации и активацией защитных психологических механизмов.

Психическая дезадаптация часто рассматривается с двух аспектов: с одной — как неспособность к эффективной адаптации, ведущая к развитию психопатологических симптомов, с другой — как нестабильная адаптация, проявляющаяся эпизодическими невротическими реакциями.

Дезадаптация личности возникает как следствие психологической дезадаптации, причем основным механизмом, провоцирующим дезадаптивные поведенческие реакции, выступает конфликт, который приводит к нарушениям в поведении и проявляется в неспособности ребёнка адекватно реагировать на стрессовые ситуации.

Если ребёнок не может следовать заданным алгоритмам действий в конкретной ситуации, у него развивается дезадаптация: столкнувшись с требованиями, превышающими его возможности, он либо игнорирует задачу, либо прибегает к стандартным шаблонам поведения. Таким образом, дезадаптация наиболее выражена на начальных этапах, после чего снижается по мере формирования внутреннего равновесия.

Частое проявление данного феномена у ребёнка ведёт к формированию неудовлетворённости собственным «Я», что в дальнейшем способствует возникновению конфликтных ситуаций и развитию нежелательных моделей поведения. Взгляд А.В. Петровского рекомендуется обратить внимание. Он рассматривает адаптацию как процесс согласования самооценки с реальными

возможностями личности, проявление её уникальных характеристик, формирование социального статуса и освоение компенсаторных механизмов взаимодействия с окружающей средой. Автор подчёркивает, что между поставленной задачей и достигнутым результатом неизбежно возникает противоречие: реализация задачи стимулирует продолжение деятельности в заданном направлении. «То, что возникает в ходе общения, неизбежно отличается от первоначальных намерений и мотивов участников дискурса. Если же участники коммуникации занимают эгоцентричную позицию, это становится очевидной предпосылкой распада общения» [57].

В научной литературе детально рассматриваются вопросы дезадаптации, включая систематизацию её форм, описание психогенных разновидностей, а также разработку и внедрение диагностических и коррекционных методик, нацеленных на профилактику данного расстройства. Особый упор делается на формирование многокомпонентного подхода к предупреждению дезадаптации у школьников. В отечественной педагогической традиции теме дезадаптации посвятили внимание такие учёные, как П.П. Блонский, К.Д. Ушинский, Т.С. Шацкий и другие [9]. Современные исследования характеризуются узкоспециализированным анализом множества аспектов дезадаптации, включая причины её возникновения и стратегии коррекции.

В работах С.А. Беличевой, К.Н. Волкова, Ю.А. Миславского и других авторов подчеркивается важность изучения психологических факторов, способствующих развитию дезадаптации. В зарубежном контексте, например, П. Поппер и И. Раншбург обращают внимание на влияние социальных переменных, как ключевых факторов в становлении личности [63].

Особое значение придается пониманию психических процессов как социально обусловленных. Исходя из этого, дезадаптация определяется как результат нарушения равновесия между личностью и её внутренним миром, а также социальной средой, и может носить комплексный характер. Для младшего школьного возраста эта проблема наблюдается особенно ярко, что

выражается в дискомфорте, сбоях в деятельности, поведении и нарушении межличностных контактов.

В начальный период обучения в школе дезадаптация становится ключевым явлением, поскольку именно в это время она оказывает наибольшее воздействие. В первые годы образования учащегося особая важность придается дезадаптации, которая может проявляться в затруднениях адаптации к новым условиям учебы и социального взаимодействия.

Появляется новое понятие — «школьная дезадаптация». Это состояние характеризуется утратой учеником способности к успешному взаимодействию с одноклассниками и усвоению учебного материала, что обусловлено различными факторами.

Начало обучения в школе ознаменует ключевой период в жизни ребенка, при котором возрастает активизация адаптационных возможностей в ответ на растущие когнитивные, физические и эмоциональные нагрузки. В современной образовательной системе серьёзным вызовом остаётся проблема дезадаптации среди учащихся.

Д.А. Воротынцева утверждает, что дезадаптация школьников формируется из-за несовпадения между требованиями образовательной среды и особенностями самого ученика, что приводит к появлению расстройств и снижению способности адаптироваться [45]. По мнению А. А. Северного и Н. М. Иовчук, школьная дезадаптация представляет собой состояние, когда учащийся не в состоянии усвоить учебный материал на уровне, адекватном его врожденным возможностям, а также не способен наладить нормальное социальное взаимодействие в микросреде, ориентированной на него [69].

Дезадаптация, согласно определению С. А. Беличевой, представляет собой совокупность симптомов, свидетельствующих о нарушении баланса между психофизиологическими особенностями ученика и условиями образовательной среды, что может затруднять или препятствовать его учебной деятельности [16].

Обзор научной литературы демонстрирует, что дезадаптация является видом психического расстройства, обусловленного несоответствием внутреннего эмоционального состояния ребёнка дошкольного возраста нормам и ожиданиям социальной среды. Данная ситуация возникает вследствие несогласованности между воспитательным стилем и требованиями образовательного пространства в новом коллективе.

Дезадаптация в образовательной среде выражается через различные нарушения — от невротических расстройств до девиантного поведения. Трудности возникают на разных этапах обучения, однако наиболее ярко они проявляются в начальных классах, где формируются стрессоустойчивость и основные поведенческие нормы.

Семья играет ключевую роль в становлении личности и социального поведения ребенка. Семейные отношения бывают как поддерживающими и доброжелательными, так и конфликтными и негативными, включая доверительные связи и случаи пренебрежения. Эти взаимодействия в семье способствуют формированию у ребенка коммуникативных навыков, эмоциональной стабильности и понимания социальных норм, начиная с дошкольного возраста, что впоследствии облегчит адаптацию и успешную социализацию в образовательной среде [60].

Дезадаптация у первоклассников является частым и широко распространенным явлением, обусловленным повышением тревожности и усилением негативных эмоций в учебной среде. Выходя из привычной атмосферы дошкольного учреждения, в котором установлен четкий режим и благоприятная обстановка, дети сталкиваются с новым социокультурным пространством, полным незнакомых норм и правил. Для них становится актуальной задача быстрого освоения школьных требований, установления контакта с учителем и сверстниками. Такая перемена у многих вызывает значительное эмоциональное напряжение.

Трудности адаптации зачастую сопровождаются у детей психологическими барьерами, что отражается на результатах их учебной

деятельности и успешности социализации. В связи с этим педагогам необходимо уделять особое внимание данной проблеме и разрабатывать программы, способствующие облегчению переходного периода для первоклассников.

Подводя итог первого параграфа, можно отметить, что сущность понятия «дезадаптация школьников» в современных педагогических исследованиях охватывает широкий спектр аспектов, связанных с трудностями, которые дети испытывают в процессе адаптации к школьной жизни.

Деадаптация проявляется не только в академических неудачах, но и в эмоциональных, социальных и поведенческих проблемах, что подчеркивает необходимость комплексного подхода к ее пониманию и решению. Современные исследования акцентируют внимание на многофакторности этого явления, включая влияние семейной среды, индивидуальных особенностей ребенка и школьного контекста.

Педагогическая практика, основываясь на результатах исследований, должна включать разработку и внедрение эффективных стратегий поддержки дезадаптированных школьников, направленных на создание благоприятной образовательной среды.

Важным аспектом является вовлечение родителей и других специалистов в процесс поддержки, что способствует более глубокому пониманию и устранению причин дезадаптации.

Таким образом, осознание сущности дезадаптации школьников в современных педагогических исследованиях не только обогащает теоретическую базу, но и служит основой для практических решений, направленных на улучшение качества образования и социальной интеграции детей.

1.2 Специфика процесса и причины школьной дезадаптации первоклассников

Процесс адаптации первоклассников к школьной жизни представляет собой важный этап в их развитии, который существенно влияет на дальнейшее обучение и социальное становление.

Входя в новую образовательную среду, дети сталкиваются с множеством изменений: изменением режима дня, новыми требованиями к поведению и учебной деятельности, а также необходимостью взаимодействия с ровесниками и взрослыми.

Однако не все дети способны успешно справиться с этими вызовами, что может привести к школьной дезадаптации — состоянию, характеризующемуся трудностями в адаптации к новым условиям, эмоциональным дискомфортом и снижением учебной мотивации.

Специфика процесса школьной дезадаптации первоклассников заключается в том, что она может проявляться на различных уровнях: эмоциональном, когнитивном и социальном.

Каждый ребенок уникален, и факторы, способствующие дезадаптации, могут варьироваться от индивидуальных особенностей личности до влияния семейной среды и образовательной системы.

Важно отметить, что дезадаптация не является лишь временным явлением; она может иметь долгосрочные последствия для психического здоровья и академической успеваемости ребенка.

В условиях современного образования, где акцент делается на индивидуализацию и инклюзивность, понимание специфики дезадаптации первоклассников становится особенно актуальным.

Психолого-педагогический анализ показывает, что одной из главных причин школьной дезадаптации является сбой адаптационных механизмов у учеников. Этот феномен характеризуется множеством признаков, которые делятся на три основных группы: социально-средовые — связанные с

семейными отношениями, условиями жизни и межличностными контактами; психологические — связанные с индивидуальными особенностями и акцентуациями характера, влияющими на успешность освоения учебного материала; медицинские — обусловленные нарушениями в психофизическом развитии [37]. Под школьной дезадаптацией понимается социально-психологическая динамика, при которой у ребёнка наблюдаются трудности в приобретении учебных навыков, а также в умении эффективно общаться и взаимодействовать в коллективе.

Факторы, способствующие возникновению дезадаптации, а также ее проявления, могут значительно варьироваться. Среди ключевых симптомов школьной дезадаптации выделяют выраженное снижение учебной успеваемости, утрату внутренней мотивации к обучению, серьёзные трудности в освоении учебной программы по отдельным предметам или в целом, сложности с освоением норм школьного поведения, повышенную тревожность, страхи, чрезмерное нервное напряжение, появление признаков невротических расстройств, неуверенность в собственных силах и способностях, а также негативное отношение к школе и учебному процессу [46].

По данным исследований, около четверти учащихся класса испытывают значительные проблемы с адаптацией и относятся к группе дезадаптантов. В случае отсутствия своевременной помощи у них развиваются проблемы в становлении личности, существенное снижение успеваемости, закрепление деструктивных моделей поведения, ухудшение эмоционального, психического и соматического здоровья.

В течение длительного периода проблема дезадаптации среди первоклассников оставалась недостаточно изученной, несмотря на периодические, обычно биологически ориентированные, обсуждения адаптации и дезадаптации в школьной среде. В начале 1980-х годов появились первые исследования, которые сфокусировались на давно назревшей теме в школьной среде. Формируется устойчивая точка зрения, что выявленные внешние признаки нарушения функционирования свидетельствуют о сложной и

многоуровневой внутренней структуре, нуждающейся в детальном исследовании.

В последнее время термин «школьная дезадаптация» получил широкое распространение для характеристик различных трудностей и проблем, проявляющихся у первоклассников разных возрастных групп в ходе школьного обучения [47].

В рамках деятельности специалиста по школьной психологии целесообразно рассматривать школьную дезадаптацию как формирование у ребёнка неэффективных адаптационных механизмов к образовательной среде, которые проявляются в учебных и поведенческих затруднениях, конфликтных взаимодействиях, усиленной тревожности, а также в изменениях личности и эмоциональной нестабильности.

Психиатр детского возраста В.Е. Коган трактует школьную дезадаптацию как психогенное либо психогенно обусловленное нарушение личности ребенка-первоклассника, проявляющееся в его субъективном и объективном положении в классе, что отрицательно сказывается на процессе учебного и воспитательного взаимодействия.

В своих научных работах В.Е. Коган характеризует данное явление как патологическое состояние с отклонениями, развивающееся под влиянием психотравмирующих воздействий. [38]

По мнению психиатра Т.Д. Молодцовой, изучающей особенности психики детей, школьная дезадаптация у первоклассников проявляется в отсутствии способности усваивать учебный материал с учётом индивидуальных свойств ребёнка. С точки зрения психологов, данный феномен характеризуется появлением у младших школьников моделей поведения, не способствующих эффективной адаптации, что отражается в падении успеваемости, усилении тревожных реакций и нарушениях личностного развития [49]. В.С. Гончаров подчёркивает, что старт обучения в школе сопровождается радикальными изменениями образа жизни и деятельности ребёнка, при этом адаптационный

период, связанный с подготовкой к школе, сопровождается аналогичными трудностями как у шестилетних, так и у семилетних первоклассников.

В первом классе встречаются дети, испытывающие затруднения с адаптацией к учебной деятельности в связи с особенностями своих психофизиологических характеристик: им нелегко приспособиться к учебным требованиям и режиму дня.

Основная сложность дезадаптации состоит в совокупности индивидуальных и социальных факторов, препятствующих полноценному развитию личности. Так, учебный режим может не учитывать особенности психофизиологического состояния детей с физическими и ментальными отклонениями, что вызывает несоответствие темпа усвоения учебного материала и напряжённость учебной нагрузки. Негативные изменения в оценках педагогов часто препятствуют успешной адаптации ребёнка. Завышенные ожидания родителей и неспособность ребёнка им соответствовать становятся причиной стрессовых конфликтов в семье. В начальный период обучения ключевым фактором выступает психологическая атмосфера в семье, определяющая уровень школьной дезадаптации.

А.М. Прихожан выделяет тревогу в числе ключевых симптомов дезадаптации у младших школьников, определяя её как сравнительно лёгкую форму психоэмоционального дискомфорта. Тревожность проявляется чрезмерной возбудимостью, беспокойством в учебной среде и страхом получить отрицательную оценку от учителей и сверстников. Экспериментальные данные свидетельствуют, что высокий уровень тревожности отражается у 18-26 % младших школьников [61].

Психолого-педагогическая литература подчёркивает, что значительное число первоклассников ощущают сложности при адаптации к школьной жизни. Исследования с выборочной методикой показали, что около четверти детей, начинающих обучение, сталкиваются с проблемами на старте школьного пути, причём тенденция к увеличению таких случаев прослеживается.

Причины дезадаптации первоклассников имеют многогранный характер и изучаются в рамках междисциплинарного сотрудничества специалистов различных профилей: педагогов, медицинских работников, психологов, дефектологов и психиатров. Соответственно, проблема рассматривается с позиции комплексного подхода [56].

Период от шести до восьми лет считается одним из наиболее сложных этапов детского становления в первые годы обучения в школе. В этот период ребёнок начинает осознавать своё место в системе взаимоотношений с взрослыми и стремится включиться в социально значимую деятельность. У него формируется понимание собственных возможностей и ограничений, что является важной составляющей становления самосознания и проявления «кризиса семи лет».

Разрешение кризиса связано с формированием новых условий жизнедеятельности в обществе, что предполагает изменение качества взаимодействия. Ребёнок вовлекается в социальные отношения и начинает участвовать в деятельности, которая ценна и полезна для общества. В данном контексте рассматривается мотивация младших школьников к посещению учебного заведения. Анализируются психологические особенности детей 6–7 лет, принимая во внимание как общие, так и индивидуальные факторы, влияющие на включение в школьную среду, успешную адаптацию и образовательные стратегии [3].

В отечественной педагогической и психологической науке роль значимой работы по исследованию школьной дезадаптации в первых ее этапах исследования принадлежит монографии В. Е. Кагана «Психогенные формы школьной дезадаптации» [1]. Автор выделял две основные группы факторов дезадаптации: внутренние (связанные с психофизиологическими особенностями ребенка) и внешние (зависящие от личности педагога и используемых им методов обучения). В современной трактовке проблемы содержится более широкий список внутренних и внешних причин первоклассников, способствующих дезадаптации. Психологические

характеристики необходимы для успешного овладения школьной программой и образуют внутреннюю готовность младших школьников к обучению. Ее недостаточность выступает внутренним фактором риска школьной дезадаптации [9].

Основной позиции научного сообщества соответствует признание значимости учебной среды в формировании школьной дезадаптации. К. Я. Семаго выделены факторы среды, провоцирующие адаптационные трудности первоклассников. Первым фактором является необходимость адаптации ребёнка к специфике нового физического окружения. Вторым — переосмысление социальных навыков в условиях изменённых взаимоотношений с педагогами и сверстниками. Отсутствие чёткой регламентации школьных правил затрудняет адаптацию маленьких школьников. Третьим фактором служит расхождение между реальными школьными условиями и ожиданиями, сформированными у ребёнка и его семьи. В конце сентября переменная интенсивность школьной нагрузки создаёт дополнительное напряжение. Усиление требований со стороны учителей и родителей усиливает напряжённость, серьезно осложняя процесс адаптации.

Недавнее внимание учёных привлекают внешние обстоятельства, оказывающие влияние на образование, в частности запросы родителей на уровень знаний обучающихся. А. М. Прихожан выделяет группу факторов, связанных с обучением в школе. Сюда входят недостатки учебного отношения, нарушения коммуникации между учителями и школьниками, дефицит учебных навыков.

В свете этого центральный вопрос заключается в определении того, кто отвечает за развитие и формирование школьной дисфункции у первоклассников. Особую значимость приобретает изучение роли образовательного учреждения в своевременной диагностике и эффективном преодолении проблем школьной дезадаптации у младших школьников. В рамках современного психолого-педагогического диалога обсуждение данной проблемы только набирает обороты.

Причины школьной дезадаптации первоклассников можно рассматривать через призму нескольких значимых факторов. В первую очередь важным является несоответствие интеллектуального уровня ребёнка требованиям учебного процесса, а также ограниченность содержательного характера семейного общения и недостаточная квалификация педагогов, что способствует возникновению проблем. Во-вторых, слабая мотивация к обучению, связанная с попыткой родителей продлить детский период, психологической неподготовленностью к адаптации в школе и негативным влиянием обстановки в семье либо образовательном учреждении, препятствует желанию учиться.

Наконец, неспособность ребёнка осознанно воспринимать ритм школьной жизни, обусловленная психофизиологическими особенностями нервной системы—низкой работоспособностью, замедленными реакциями, негибкостью—является третьим существенным фактором. Кроме того, взрослые часто игнорируют индивидуальные особенности младших школьников, не учитывая их при формировании образовательной программы. Таким образом, трудности обучающегося на первоначальном этапе учебной деятельности объясняются комплексным воздействием множества внутренних и внешних детерминант.

Невозможно решить проблему дезадаптации первоклассников без тщательного анализа причин возникновения затруднений и взаимного влияния факторов образовательной среды. В ходе обзора особенностей и факторов, способствующих школьной дезадаптации, следует обратить внимание на три ключевых момента, которые играют важную роль в изучении сущности данного явления и формулировке диагностических критериев.

Прежде всего, следует выделить отсутствие стабильной учебной мотивации. Кроме того, эмоционально-личностная дисгармония, которая проявляется в результате взаимодействия с отдельными учебными дисциплинами, педагогами, учебным процессом в целом и предстоящими учебными перспективами, является важным признаком школьной дезадаптации (личностно-оценочная составляющая).

Третьим аспектом становится повышение тревожности среди учеников младших классов.

Актуальной остаётся проблема психологической поддержки первоклассников, испытывающих трудности в начальные годы обучения, требующая постоянного развития и совершенствования.

Основное внимание необходимо уделить своевременному обнаружению причин, вызывающих дезадаптацию школьников, а также диагностике и профилактике в начальном образовании.

1.3 Потенциал педагогической поддержки дезадаптированных школьников (первоклассников)

Педагогическая поддержка дезадаптированных первоклассников играет ключевую роль в процессе их возвращения к полноценному учебному процессу и социальной интеграции.

В условиях, когда многие дети сталкиваются с трудностями адаптации к школьной жизни, эффективные методы и подходы со стороны педагогов становятся необходимыми для создания комфортной образовательной среды. Потенциал педагогической поддержки заключается не только в коррекции учебной деятельности, но и в обеспечении эмоционального комфорта, развитии социальных навыков и формировании позитивной самооценки у детей.

Важно понимать, что дезадаптация может проявляться в различных формах — от низкой учебной мотивации и тревожности до конфликтов с одноклассниками и трудностей в восприятии учебного материала. Поэтому педагогическая поддержка должна быть комплексной и индивидуализированной, учитывающей уникальные потребности каждого ребенка.

В этом контексте особое внимание следует уделить созданию доверительных отношений между педагогами и учениками, а также вовлечению родителей в процесс поддержки.

Л.С. Выготский акцентирует внимание на том, что становление культурных функций ребёнка осуществляется в два этапа: сначала формируется социальный уровень, а затем – психологический. По мнению учёного, истоки всех высших психических функций и их взаимные связи берут начало в общественных взаимодействиях и межличностных отношениях. Особое место в исследовании занимают механизмы появления таких психологических трудностей у детей [18].

Психическое развитие ребёнка обусловлено спецификой целенаправленного взаимодействия с взрослыми, главным образом с родителями. В этом процессе произвольные психические функции малыша адаптируются к социальной среде, ориентируясь на предписанные нормы, благодаря которым достигается эффективность деятельности.

Процесс адаптации к школьной обстановке является сложным. Маленькие школьники часто испытывают трудности как в социальном, так и в психологическом аспектах.

При благоприятной адаптации ребёнок сменяет игру на учебную деятельность, проявляет активность в образовании. Напротив, при дезадаптации он испытывает психологический дискомфорт, теряет мотивацию к обучению, подавляет желание к познанию, что может привести к задержке в развитии.

Обучающимся, испытывающим психологические проблемы или дезадаптацию, требуется педагогическая поддержка со стороны педагогических работников и школьного психолога. В отечественной педагогической литературе термин «педагогическая поддержка» впервые ввёл О. С. Газман, который рассматривал данный феномен в контексте личностного роста и процесса саморазвития учащихся.

О. С. Газман рассматривает педагогическую поддержку как совместную деятельность с ребёнком, направленную на выявление его индивидуальных интересов и поиск способов преодоления препятствий, которые мешают сохранять достоинство личности и самостоятельно достигать целей в

различных аспектах жизни и деятельности. Эта образовательная технология отличается от традиционных методов обучения и воспитания благодаря диалогу и взаимодействию взрослого и ребёнка, где ключевым компонентом является создание условий, способствующих самостоятельному выбору и принятию решений ребёнком относительно своей проблемы.

Педагогическая практика получает свою особую специфику при опоре на гуманистическую позицию педагога и его беспрекословное доверие к ребёнку. Практика воспитания подтверждает, что ключевые факторы успеха — это не только самоорганизация и способность ребёнка к самоопределению, но и ориентированность педагога на гуманизм. Вместе с тем специалисты, поддерживающие личность учащегося, часто сталкиваются с проблемами, которые объясняются недостаточной действенностью и некоторой условностью их методов. В основе таких трудностей лежит нестабильность, фрагментарность и неполнота принятой гуманистической парадигмы.

С точки зрения О.С. Газмана, педагогическая помощь представляет собой многогранное, технологически насыщенное и профессионально специализированное педагогическое взаимодействие, требующее глубокого психологического анализа. Существенным является то, что она базируется на иных воспитательных принципах, отличных от традиционной модели, в которой воспитание трактуется как одностороннее воздействие.

Педагогическая помощь рассматривается как качественно новая педагогическая культура, базирующаяся на свободном внутреннем выборе, творчестве и искреннем демократизме и стремящаяся выстраивать гуманистические отношения между взрослым и ребёнком.

Автор акцентирует, что педагогическая поддержка представляет собой превентивную и непосредственную помощь учащимся, направленную на преодоление разнообразных личностных проблем: физического и психического здоровья, социально-экономических условий, академических достижений, развития эффективного межличностного общения, а также содействие формированию жизненных, профессиональных и этических ориентиров. Как

подчеркивает О.С. Газман, «педагогика свободы» — это деятельность взрослых, нацеленная на открытие ребенку образовательного пути и развитие у него умений самостоятельного выбора [20].

Педагогическая поддержка рассматривается как одновременный и сопутствующий процесс, сопровождающий социализацию, обучение и воспитание ребёнка. Она имеет самостоятельную значимость, выступая как особый вид профессиональной деятельности, цель которого — формирование условий, благоприятствующих личностному саморазвитию ребёнка.

Под понятие педагогической поддержки входит совокупность мероприятий, направленных на создание максимально благоприятных условий для учебного и личностного раскрытия учащихся. Это включает формирование оптимальной образовательной среды, консультативную помощь, адаптацию учебных программ и методик, а также организацию специальных коррекционных мероприятий, способствующих выявлению и развитию индивидуальных возможностей каждого обучающегося.

1. Формирование у ребёнка субъектного отношения к собственной деятельности.
2. Педагогическая работа с учётом проблем, испытываемых ребёнком.
3. Деятельность, способствующая активному включению ребёнка и поддержке его инициатив.
4. Создание условий, необходимых для самоопределения и самореализации ребёнка в конкретных жизненных условиях.

Процедура реализуется в соответствии с приведённой ниже последовательностью действий:

1. Совместно с ребёнком проводится анализ и формулировка его личностных целей посредством рефлексивного сопоставления истинных желаний с попытками их реализации.
2. Определяется оптимальный вариант сочетания стремлений, выступающий в роли цели и образа будущей деятельности, что обеспечивает самоопределение.

3. Изучаются и согласовываются условия выполнения выбранного варианта, при необходимости проводится возврат к первым этапам с целью переоценки и корректировки решения.

4. Разрабатывается план действий, направленных на выполнение поставленных задач.

5. Устанавливаются соглашения о способах и формах взаимодействия, обеспечивающие практическую реализацию намеченного.

В практике воспитания создают предпосылки для развития у ребёнка механизма самоопределения, который можно интерпретировать как культурный способ активного управления своим жизненным опытом. Именно конкретные ситуации выступают в качестве основы для этой активности, воспроизводя детский опыт в категориях «могу — не могу», отражая текущее состояние «хочу — не хочу» и вызывая целенаправленные действия «я желаю и сделаю».

Условия для комфортного обучения во многом формируются взрослыми — педагогами и родителями. Ключевыми составляющими становятся не только личность преподавателя, но и сохранение доверительных эмоциональных связей с близкими ребёнком, а также доброжелательное взаимодействие между педагогами и родителями, что способствует положительному эмоциональному климату в новой социальной среде, в частности в школе.

Процесс адаптации первоклассников продолжается достаточно долго, что способствует заметному снижению тревожности. При этом родители и учителя осуществляют постоянный контроль за ходом адаптационного периода. Вначале педагогическое сопровождение направлено на включение детей в обычные учебные процессы. Затем возникают различные нравственные дилеммы, важные для учеников, которые способствуют развитию этических взглядов. На завершающем этапе моральная ответственность постепенно переходит от взрослых к самим детям.

Анализ педагогической литературы свидетельствует о том, что педагогическая поддержка первоклассников с риском дезадаптации в

педагогическом процессе реализуется пока не в полной мере. Их реализации препятствуют следующие несоответствия, противоположности и противоречия между:

1. количеством исследований проблемы развития познавательной активности школьников и их качеством разработанности идеи соединения процесса развития познавательной активности и педагогической поддержки;
2. возрастающим значением развития познавательной активности школьников в учебно-познавательном процессе и невозможностью достижения этих результатов традиционными средствами;
3. объективной потребностью осуществления педагогической поддержки в развитии познавательной активности учащихся в учебной деятельности и необходимостью разработки технологии педагогической поддержки, непосредственно направленной на становление и развитие познавательной активности учащихся [31].

Принято выделять такие формы педагогической поддержки первоклассников с риском дезадаптации в образовательном пространстве школы:

1. индивидуализация, систематичность, постепенность и повторяемость изучаемого школьного материала;
2. анализ и переработка существующих учебных программ с точки зрения содержания данных требований и результатов психолого-педагогической диагностики конкретных школьников;
3. психофизические упражнения и игры, которые способствуют снятию эмоционального напряжения, переключению внимания, повышению работоспособности;
4. подвижные игры и игры, направленные на развитие произвольности;
5. игры-драматизации, психокоррекционные упражнения для работы с детскими страхами, негативными эмоциональными состояниями и переживаниями, развивающие воображение, фантазию, способность к эмпатии, выразительность мимики и движений;

6. психологическое сотрудничество с родителями первоклассников;
7. формирование произвольности в общении ребенка со взрослыми и сверстниками;
8. развитие речи и мелкой моторики.

Таким образом, особенности адаптации первоклассников к школьному обучению заключаются в сложном взаимодействии индивидуальных и социальных факторов, большинство из которых оказываются неблагоприятными для гармоничного развития. Механизмом формирования самих проблем в подавляющем большинстве случаев становится несоответствие предъявляемых ребенку педагогических требований его возможностям.

Первоклассники с риском дезадаптации нуждаются в оказании педагогической поддержки. Кроме того, стоит отметить, что педагогическая поддержка представляет собой особую технологию образования, отличающуюся от традиционных методов обучения и воспитания тем, что она осуществляется именно в процессе диалога и взаимодействия ребёнка и взрослого и предполагает самоопределение ребёнка в ситуации выбора и последующее самостоятельное решение им своей проблемы.

Педагогическая поддержка реализуется в потребности общества в построении такого образования, при котором ребенок сможет освоить и овладеть механизмами самоопределения и самореализации.

Таким образом, исследование потенциала педагогической поддержки дезадаптированных первоклассников открывает новые горизонты для разработки эффективных стратегий, направленных на улучшение адаптационного процесса и создание условий для успешного обучения и развития детей в школе.

Выводы по главе 1

Анализ, проведенный в первой главе магистерской диссертации, позволил сделать следующие выводы.

Дезадаптация школьников — это распространенная проблема, часто наблюдаемая у детей, проявляющаяся в виде повышенной тревожности и негативных эмоций в процессе обучения.

Сущность понятия «дезадаптация школьников» в современных педагогических исследованиях охватывает широкий спектр аспектов, связанных с трудностями, которые дети испытывают в процессе адаптации к школьной жизни.

Специфика процесса школьной дезадаптации первоклассников заключается в том, что она может проявляться на различных уровнях: эмоциональном, когнитивном и социальном.

Каждый ребенок уникален, и факторы, способствующие дезадаптации, могут варьироваться от индивидуальных особенностей личности до влияния семейной среды и образовательной системы.

Исследование потенциала педагогической поддержки дезадаптированных первоклассников открывает новые горизонты для разработки эффективных стратегий, направленных на улучшение адаптационного процесса и создание условий для успешного обучения и развития детей в школе.

ГЛАВА 2 ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО РЕАЛИЗАЦИИ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ ДЕЗАДАПТИРОВАННЫХ ШКОЛЬНИКОВ (ПЕРВОКЛАССНИКОВ)

2.1 Изучение уровней адаптированных первоклассников

Изучение уровней школьной дезадаптации первоклассников является следующим этапом изучения в рамках настоящей магистерской диссертация.

Для начала отметим, что школьная дезадаптация — это серьёзная проблема, вызывающая растущее беспокойство у педагогов и психологов. В последние годы её обострение наблюдается на фоне экономических и социальных изменений. Эти факторы создают дополнительный стресс для детей, особенно в начальных классах, что существенно влияет на их дальнейшую образовательную траекторию. Поэтому крайне важно обеспечить поддержку, способствующую успешной адаптации к школьной жизни [2].

Педагогическая поддержка для первоклассников может стать важным шагом на пути к преодолению адаптационных проблем. На рисунке 1 представлена структура этой поддержки, которая включает различные формы взаимодействия с детьми и создание комфортной образовательной среды.

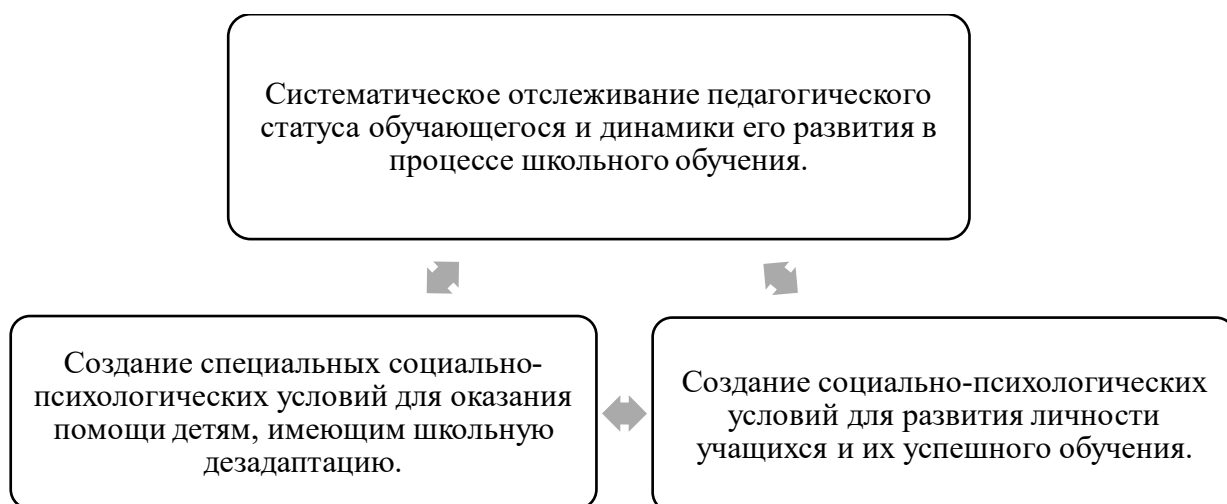


Рисунок 1 - Взаимосвязанные компоненты педагогической помощи первоклассникам в преодолении школьной дезадаптации

Адаптация первоклассников в школьной среде непосредственно связана с деятельностью учителя, которую можно проанализировать через два основных подхода [6].

Для успешной адаптации ребенка в образовательной среде необходимо создать особые условия. Это может проявляться в замедленном обучении и индивидуализированном подходе, где акцент делается на личном взаимодействии, а не на работе в группе [4].

Систематическая работа по консультированию и методической помощи педагогов имеет первостепенное значение, поскольку она способствует достижению образовательных целей и поддерживает личностный рост ребенка, что, в свою очередь, предотвращает его дезадаптацию [7].

На основании представленных данных можно сделать вывод, что педагогическая деятельность сосредоточена на поддержке и коррекции дезадаптации учащихся, при этом необходимо учитывать, что причины дезадаптации могут варьироваться, поэтому требуется комплексный анализ ситуации (см. Рисунок 2).

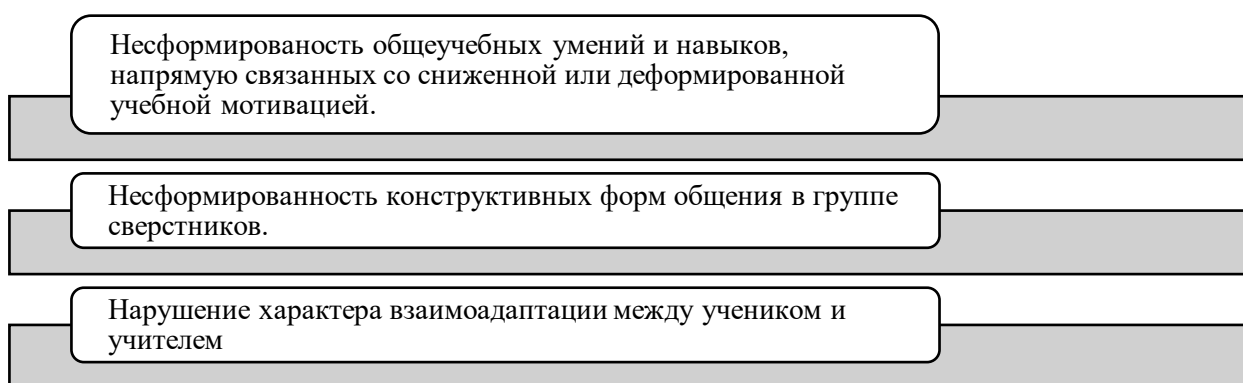


Рисунок 2 - Причины появления дезадаптации первоклассников в школе

Анализ причин дезадаптации первоклассников, связанных компонентов рассматриваемой категории и направлений педагогической поддержки как способа преодоления школьной дезадаптации первоклассников предопределил необходимости подтверждения изученной теории на практике.

Первоначальное экспериментально-диагностическое исследование проводилось в течение 2024 года в МБОУ СОШ №50 г. Пензы. В выборку исследования вошли 30 первоклассников из 1 «а» и 1 «б» классов:

- 15 первоклассников из 1 «а» класса являлись представителями экспериментальной группы;
- 15 первоклассников из 1 «б» класса являлись представителями контрольной группы;

Для первичной диагностики нами была использована проективная методика «Школа зверей» Т.А. Нежновой (см. Приложение 1), целью которой является выявление школьных неврозов на начальной стадии развития, выяснение причин и способов коррекции.

В рамках первичной диагностики нами были получены следующие результаты среди представителей обеих групп (см. Таблицу 1).

Таблица 1 - Результаты констатирующего этапа эксперимента по проективной методике «Школа зверей» Т.А. Нежновой

Уровень адаптации	Экспериментальная группа (n=15)		Контрольная группа (n=15)	
	Кол. детей	%	Кол. детей	%
Адаптация прошла полностью	8	53	9	60
Неполная адаптация	4	26	4	26
Дезадаптация	3	21	2	14

Результаты констатирующего этапа эксперимента по проективной методике «Школа зверей» Т.А. Нежновой отразим на рисунке 3.

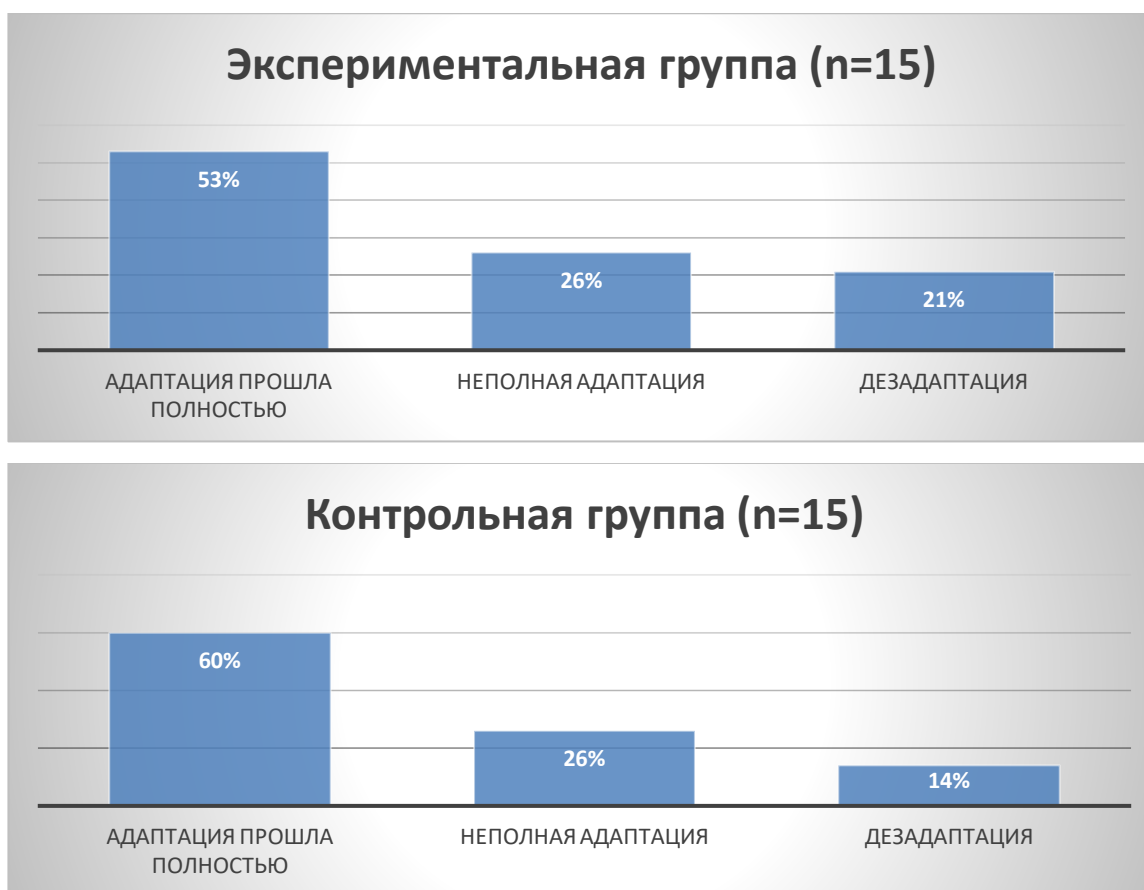


Рисунок 3 - Результаты констатирующего этапа эксперимента по проективной методике «Школа зверей» Т.А. Нежновой по экспериментальной и контрольной группам

Результаты исследования дезадаптации первоклассников к школьной среде по проективной методике «Школа зверей» Т.А. Нежновой можно интерпретировать следующим образом.

В экспериментальной и контрольной группах полная адаптация отмечена у 53% и 60% школьников соответственно. Так, почти половина первоклассников смогла успешно адаптироваться к новой школьной среде, что подразумевает, что дети чувствуют себя комфортно в учебном процессе, успешно взаимодействуют с одноклассниками и учителями, а также могут справляться с учебной нагрузкой.

Неполная адаптация отмечена у 26% в обеих группах, что означает, что значительная часть детей испытывает трудности в процессе адаптации. Кроме

того, это может указывать на наличие определённых эмоциональных или социальных барьеров, которые мешают им полноценно включиться в школьную жизнь. Неполная адаптация может проявляться в недостаточной уверенности, трудностях в установлении контактов или способности справляться с требованиями учебного процесса.

Дезадаптация была обнаружена у 21% первоклассников в экспериментальной группе и 14% в контрольной группе, что говорит о том, что это совсем небольшой, но всё же заметный процент детей, которые не справляются с адаптацией к школьной среде. Дезадаптация может проявляться в виде стресса, тревожности, отказа посещать школу или проблем с поведением. Этот аспект требует особого внимания со стороны педагогов и родителей для оказания поддержки и помощи таким детям.

Далее, на констатирующем этапе нами была проведена процедура наблюдения по схеме: «Отношение ребенка к учебной деятельности и сверстникам» (В.М. Сафронова).

Полное описание, инструкция к методике и методы обработки результатов приведены в Приложении 2.

Наблюдение по схеме: «Отношение ребенка к учебной деятельности и сверстникам» (В.М. Сафронова) непосредственно позволяет оценить уровень адаптированности первоклассника к новым условиям – к обучению в школе либо дезадаптацию. Наблюдение позволяет выявить группу детей, требующих индивидуального психолого-педагогического сопровождения.

Таким образом, представлена процедура и методика исследования особенностей адаптации первоклассников к обучению в школе. Результаты, полученные в ходе констатирующего этапа исследования в группах первоклассников по методике «Наблюдение по схеме: «Отношение ребенка к учебной деятельности и сверстникам» (В.М. Сафронова), приведены в соответствии с Таблицей 2.

Таблица 2 – Результаты, полученные в ходе констатирующего этапа исследования в группах первоклассников по методике «Наблюдение по схеме: «Отношение ребенка к учебной деятельности и сверстникам» (В.М. Сафронова)

Уровень адаптации	Экспериментальная группа (n=15)		Контрольная группа (n=15)	
	Кол. детей	%	Кол. детей	%
Высокий уровень адаптации	4	27	6	40
Средний уровень адаптации	5	33	4	27
Низкий уровень адаптации	3	20	2	13
Уровень дезадаптации	3	20	3	20

В соответствии с данными Таблицы 3, в результате наблюдения по схеме: «Отношение ребенка к учебной деятельности и сверстникам» (В.М. Сафронова) на констатирующем этапе были получены следующие результаты:

- в экспериментальной группе высокий (оптимальный) уровень адаптации выявлен у 4 детей, что составило 27% от общего количества и у 6 детей контрольной группы, что составило 40% от общего количества первоклассников;

- средний уровень адаптации был обнаружен в ходе исследования у 5 детей экспериментальной группы, что составило 33% от общего количества и 4 детей контрольной группы, что составило 27% от общего количества первоклассников;

- низкий уровень адаптации выявлен у 3 детей экспериментальной группы, что составило 20% от общего количества и 2 детей контрольной группы, что составило 13% от общего количества первоклассников;

- уровень дезадаптации показали 3 детей экспериментальной группы, что составило 20% от общего количества и 3 детей контрольной группы, что составило 20% от общего количества первоклассников.

Для наглядности результаты приведены на рисунке 4.

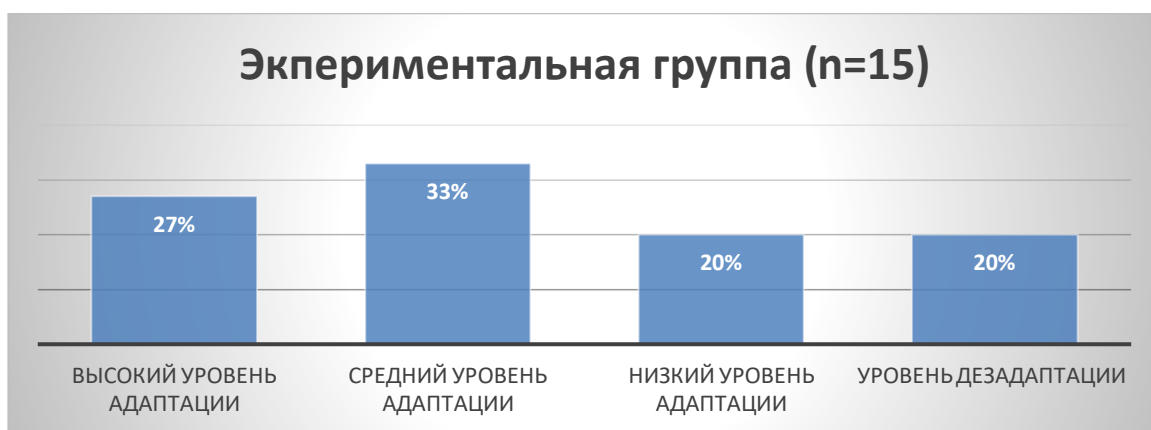
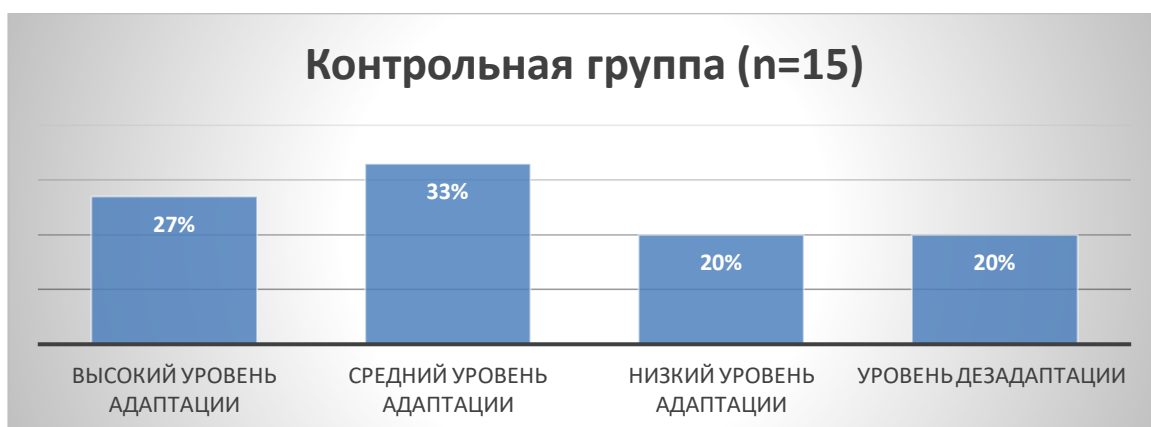


Рисунок 4 - Результаты, полученные в ходе констатирующего этапа исследования в группах первоклассников по методике «Наблюдение по схеме: «Отношение ребенка к учебной деятельности и сверстникам» (В.М. Сафронова)

Как показывают результаты диагностики достаточно у большого количества детей обеих групп была выявлен низкий уровень адаптации и уровень дезадаптации.

Далее с учащимися было проведено тестирование по исследованию мотивационного компонента по тесту методики Н.Г. Лускановой «Анкета по оценке уровня школьной мотивации учащихся начальной школы» (Приложение 3). Результаты исследования представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Результаты исследования мотивационного компонента дезадаптации первоклассников по методике Н.Г. Лускановой «Анкета по оценке уровня школьной мотивации учащихся начальной школы»

Уровень адаптации	Экспериментальная группа (n=15)		Контрольная группа (n=15)	
	Кол. детей	%	Кол. детей	%
Высокий	4	27	4	27
Норма	3	20	4	27
Средний	2	13	1	6
Возможная дезадаптация	3	20	3	20
Дезадаптация	3	20	3	20

Для наглядности результаты приведены на рисунке 5.

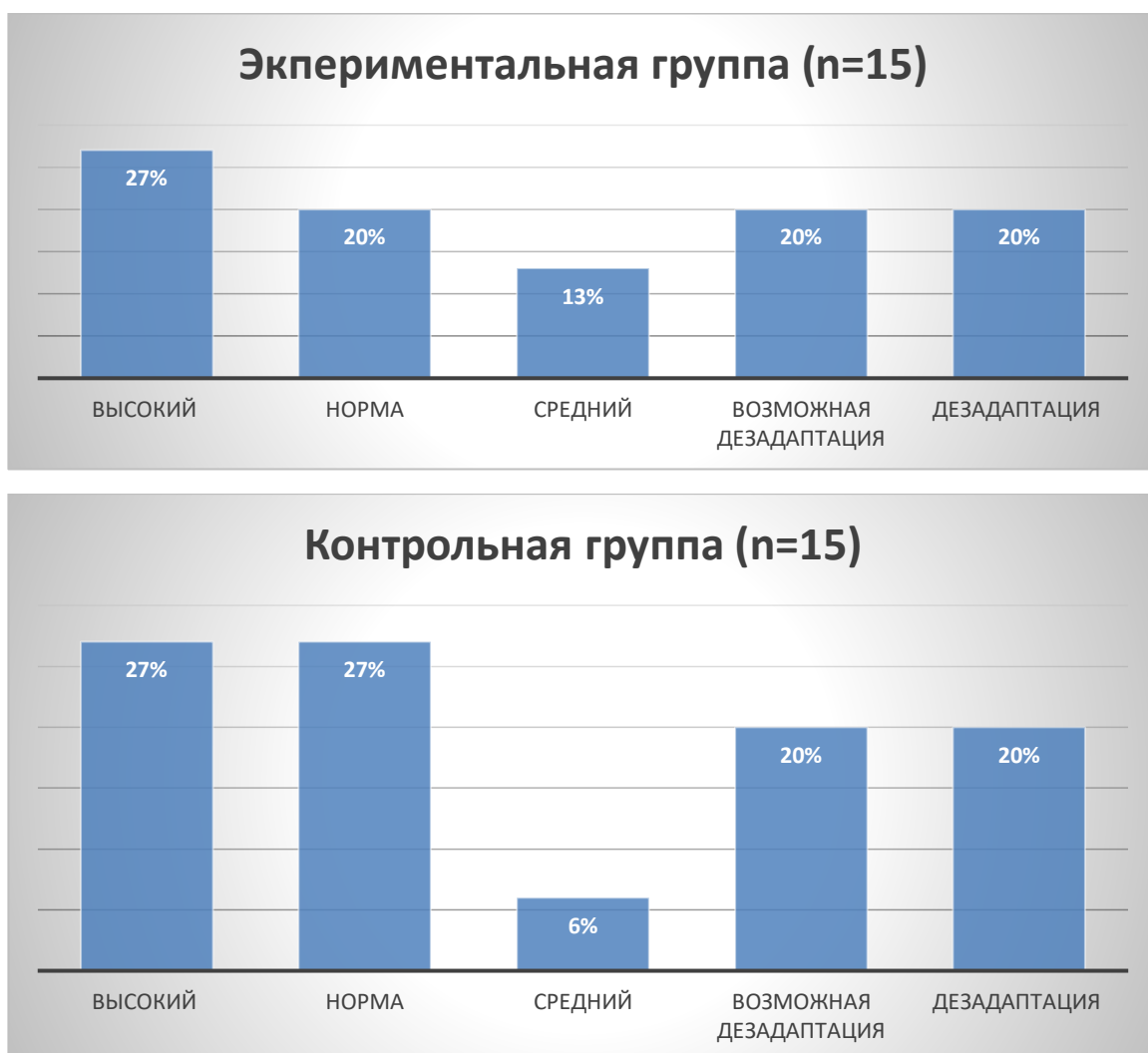


Рисунок 5 – Результаты исследования мотивационного компонента дезадаптации первоклассников по методике Н.Г. Лускановой «Анкета по оценке уровня школьной мотивации учащихся начальной школы»

Анализ результатов, представленных на рисунке 5 показал, что 27% (4 чел.) учащихся экспериментальной группы и 27% (4 чел.) имеют очень высокий уровень учебной мотивации. Такие дети отличаются наличием высоких познавательных мотивов, стремлением наиболее успешно выполнять все предъявляемые школой требования. Они очень четко следуют всем указаниям учителя, добросовестны и ответственны, сильно переживают, если получают неудовлетворительные оценки или замечания педагога.

При выявлении показателя нормального уровня учебной мотивации, мы выяснили, что на таком уровне находятся 20% учащихся (3 чел.) экспериментальной группы и 27% (4 чел.) контрольной группы. Подобные показатели имеет большинство учащихся начальных классов, успешно справляющихся с учебной деятельностью. При ответах на вопросы проявляют меньшую зависимость от жестких требований и норм. Подобный уровень мотивации является средней нормой.

Показатель среднего уровня мотивации имеют 13% (2 чел.) экспериментальной группы и 6% (1 чел.) контрольной группы. Таких учеников школа привлекает больше внеучебными сторонами. Такие дети достаточно благополучно чувствуют себя в школе, однако чаще ходят в школу, чтобы общаться с друзьями, учителем. Им нравится ощущать себя учениками, иметь красивый портфель, ручки, тетради. Познавательные мотивы таких детей сформированы в меньшей степени и учебный предмет их мало привлекает.

Уровень возможной дезадаптации показали 20% (3 чел.) учащихся в обеих группах. Подобные школьники посещают школу неохотно, предпочитают пропускать занятия. На уроках часто занимаются посторонними делами, играми. Испытывают серьезные затруднения в учебной деятельности. Находятся в состоянии неустойчивой адаптации к школе.

Уровень дезадаптации имеют 20% (3 чел.) учащихся в обеих группах, которые имеют негативное отношение к школе, т.е. дезадаптированы.

Подводя итог исследования по данной методике, можно сделать вывод, что в целом мотивационный компонент первоклассников развит на уровне нормы.

Большинство ребят имеют положительную учебную мотивацию, однако, в классе имеются ученики с низким и негативным уровнем мотивации к обучению. В данном направлении необходима коррекционная работа в целях выяснения причин низкой замотивированности в учебе, нормализация отношения к обучению.

Тем самым, общий анализ результатов указывает на то, что, хотя большинство первоклассников успешно адаптируются, более трети учащихся нуждаются в дополнительной поддержке или вмешательстве для улучшения их адаптационных процессов, что, безусловно, может потребовать разработки программ помощи или обширного обучения для классных коллективов, чтобы создать более поддерживающую и инклюзивную образовательную среду.

2.2 Реализация программы педагогической поддержки дезадаптированных первоклассников

Проведенная диагностика уровня дезадаптации первоклассников позволила разработать нам программу педагогической поддержки для преодоления школьной дезадаптации первоклассников.

Программа, направленная на борьбу с дезадаптацией, ориентируется на непрерывный мониторинг и устранение трудностей, возникающих у школьников в процессе адаптации. Её основная задача — сделать переход в образовательную среду более комфортным, наладить взаимопонимание между учениками и педагогами, а также способствовать развитию личностных качеств.

Одной из ключевых задач данного проекта является создание условий для гармоничного развития личности, что подразумевает работу над формированием уверенности в себе, адекватной самооценки и определённых ценностных ориентиров. Не менее важным аспектом является совместная деятельность образовательных учреждений и семей, что обеспечивает ребёнку необходимую поддержку в адаптационный период.

Реализация данной программы строится по следующему алгоритму (см Рисунок 6).



Рисунок 6 - Алгоритм реализации педагогической программы по преодолению дезадаптации первоклассников

Далее перейдем к более детальному описанию программы (см. Приложение 4).

Цель программы: Создание психолого-педагогических условий для успешной адаптации первоклассников к школьному обучению, профилактика и преодоление признаков дезадаптации.

Задачи:

1. Выявить уровень и специфику адаптации каждого ребенка.
2. Создать благоприятный психологический климат в классе.
3. Реализовать индивидуальные и групповые меры по преодолению выявленных трудностей.
4. Обучить родителей и педагогов эффективным стратегиям поддержки первоклассников.
5. Объединить усилия учителя, психолога, родителей и администрации школы.

Таблица 4 - Этапы реализации программы

№	Этап	Сроки	Содержание работы
1	Диагностико-прогностический	Сентябрь	Выявление группы риска по дезадаптации. Наблюдение, анкетирование родителей, методики для детей.
2	Основной (коррекционно-развивающий)	Октябрь – Ноябрь	Проведение цикла адаптационных занятий, индивидуальная работа, консультации для родителей и teachers.
3	Контрольно-аналитический	Декабрь	Повторная диагностика, анализ эффективности программы, планирование дальнейшей работы.

Настоящая программа разработана как комплексный ответ на актуальную проблему современного образования – школьную дезадаптацию учащихся первых классов.

Поступление в школу знаменует собой кардинальную смену социальной ситуации развития и ведущего типа деятельности ребенка, что является критическим периодом, с которым не все дети способны успешно справиться самостоятельно.

Школьная дезадаптация проявляется в устойчивых трудностях в усвоении знаний, нарушении дисциплины, негативном эмоциональном отношении к учебному процессу, затруднениях в построении отношений со сверстниками и педагогом, что в совокупности может привести к серьезным личностным и образовательным дефицитам.

Для предотвращения и преодоления этих негативных явлений необходима системная, скоординированная работа всех участников образовательного процесса, оформленная в единую программу действий.

Главной целью программы является создание комплексных психолого-педагогических условий, обеспечивающих успешную адаптацию первоклассников к школьному обучению, профилактику и коррекцию признаков дезадаптации.

Данная цель реализуется через решение ряда взаимосвязанных задач: во-первых, проведение своевременной и многогранной диагностики для выявления уровня и специфики адаптации каждого ребенка и класса в целом;

во-вторых, организация профилактической работы, направленной на формирование благоприятного психологического климата в школьном коллективе; в-третьих, осуществление коррекционно-развивающей деятельности с использованием индивидуальных и групповых форм работы; в-четвертых, психолого-педагогическое просвещение родителей и учителей, вооружение их эффективными стратегиями поддержки детей; и, наконец, консолидация усилий классного руководителя, педагога-психолога, администрации школы и родителей для достижения максимального результата.

Целевой аудиторией программы являются учащиеся первых классов, демонстрирующие признаки школьной дезадаптации различной степени выраженности.

Срок реализации программы охватывает наиболее важный период – первое учебное полугодие (сентябрь–декабрь), однако для учащихся, нуждающихся в дополнительной поддержке, программа может быть пролонгирована.

В основе программы лежат ключевые принципы: индивидуальный подход, учитывающий личностные особенности каждого ребенка; системность, обеспечивающая взаимосвязь диагностики, профилактики и коррекции; непрерывность и преемственность действий на всех этапах; а также доброжелательность и поддержка, нацеленные на создание для каждого первоклассника ситуации успеха.

Реализация программы осуществляется поэтапно.

Диагностико-прогностический этап (сентябрь) включает в себя первичный сбор информации через наблюдение, анкетирование родителей и диагностические методики для детей с целью формирования «группы риска».

Основной (коррекционно-развивающий) этап (октябрь–ноябрь) представляет собой непосредственную работу по преодолению выявленных трудностей: проведение цикла адаптационных занятий для детей, индивидуальная работа, консультирование родителей и педагогов.

Контрольно-аналитический этап (декабрь) подводит итоги через повторную диагностику, анализ динамики и эффективности предпринятых мер и планирование дальнейших действий.

Содержание работы раскрывается через три основных блока. Диагностический блок предполагает использование широкого спектра методов: наблюдение за поведением ребенка на уроках и переменах по структурированной схеме, проективные методики («Рисунок школы»), беседы для оценки уровня школьной мотивации (по Н.Г. Лускановой), социометрические пробы («Два домика») для анализа взаимоотношений в классе, а также анкетирование родителей для оценки стиля семейного воспитания и понимания проблем ребенка.

Коррекционно-развивающий блок реализуется через групповые занятия (5–7 человек, 1–2 раза в неделю) продолжительностью 30–35 минут. Цикл занятий направлен на развитие коммуникативных навыков и умения сотрудничать («Учимся дружить»), эмоционального интеллекта и способности распознавать и выражать свои чувства («Школьные чувства»), познавательных процессов – внимания, памяти, произвольности («Внимательные ушки»), а также на снижение тревожности и повышение самооценки через создание ситуаций успеха («Я могу!»).

Блок работы с родителями и педагогами включает просветительские мероприятия (родительские собрания, информационные стенды), индивидуальные и групповые консультации по результатам диагностики и выработке единой стратегии поддержки ребенка, а также организацию постоянного взаимодействия между учителем и психологом для обмена наблюдениями.

Оценка эффективности программы проводится по следующим критериям: снижение уровня тревожности и нормализация эмоционального состояния ребенка (по данным наблюдений и проективных методик); повышение учебной мотивации и вовлеченности в процесс обучения; улучшение социальных контактов и положения ребенка в группе сверстников (по результатам

повторной социометрии); а также положительная обратная связь от родителей и педагогов.

В результате реализации программы ожидается достижение ряда значимых задач: для ребенка – это успешная адаптация, положительное отношение к школе и сформированная адекватная самооценка; для родителей – повышение психолого-педагогической компетентности; для педагога – создание сплоченного детского коллектива и владение инструментами для работы с трудностями адаптации.

Ресурсное обеспечение программы включает кадровый потенциал (классный руководитель, педагог-психолог), материальную базу (кабинет, дидактические материалы) и информационную поддержку (методическая литература, диагностический инструментарий).

2.3 Оценка эффективности опытно-экспериментальной работы по применению педагогической поддержки дезадаптированных первоклассников

После реализации программы с первоклассниками, входящих в экспериментальную группу, которые проходили первичную диагностику на констатирующем этапе эксперимента, нами была проведена повторная диагностика с использованием того же диагностического материала. В результате нами были получены следующие результаты.

Для повторной диагностики нами была использована также проективная методика «Школа зверей» Т.А. Нежновой.

Были получены следующие результаты среди представителей обеих групп (см. Таблицу 5).

Таблица 5 - Результаты контрольного этапа эксперимента по проективной методике «Школа зверей» Т.А. Нежновой

Уровень адаптации	Экспериментальная группа (n=15)		Контрольная группа (n=15)	
	Кол. детей	%	Кол. детей	%
Адаптация прошла полностью	12	80	9	60
Неполная адаптация	3	20	4	26
Дезадаптация	0	0	2	14

Результаты констатирующего этапа эксперимента по проективной методике «Школа зверей» Т.А. Нежновой отразим на рисунке 7.



Рисунок 7 - Результаты констатирующего этапа эксперимента по проективной методике «Школа зверей» Т.А. Нежновой по экспериментальной и контрольной группам

Результаты исследования дезадаптации первоклассников к школьной среде по проективной методике «Школа зверей» Т.А. Нежновой можно интерпретировать следующим образом.

В экспериментальной группе после проведения формирующего этапа эксперимента была уровень полной адаптации увеличился на 27%, а процент учащихся с уровнем дезадаптации снизился до 0%, что свидетельствует об эффективности проведенной программы.

В контрольной группе на контрольном этапе эксперимента показатели не изменились.

Далее, на контрольном этапе нами была проведена повторно процедура наблюдения по схеме: «Отношение ребенка к учебной деятельности и сверстникам» (В.М. Сафронова).

Результаты, полученные в ходе контрольного этапа исследования в группах первоклассников по методике «Наблюдение по схеме: «Отношение ребенка к учебной деятельности и сверстникам» (В.М. Сафронова), приведены в соответствии с Таблицей 6.

В соответствии с данными Таблицы 6, в результате наблюдения по схеме: «Отношение ребенка к учебной деятельности и сверстникам» (В.М. Сафронова) на констатирующем этапе были получены следующие результаты:

- в экспериментальной группе высокий (оптимальный) уровень адаптации выявлен у 11 детей, что составило 27% от общего количества, что на 46% больше, чем на констатирующем этапе. В контрольной группе показатели остались неизменными.

- средний уровень адаптации был снижен у участников экспериментальной группы на 13% за счет перехода детей из данной категории в категорию высокий уровень, данные контрольной группы не изменились;

- низкий уровень адаптации выявлен только у 1 ребенка экспериментальной группы, что составило 7% от общего количества, детей с уровнем дезадаптации в экспериментальной группе после формирующего этапа не наблюдается.

Таблица 6 – Результаты, полученные в ходе контрольного этапа исследования в группах первоклассников по методике «Наблюдение по схеме: «Отношение ребенка к учебной деятельности и сверстникам» (В.М. Сафронова)

Уровень адаптации	Экспериментальная группа (n=15)		Контрольная группа (n=15)	
	Кол. детей	%	Кол. детей	%
Высокий уровень адаптации	11	73	6	40
Средний уровень адаптации	3	20	4	27
Низкий уровень адаптации	1	7	2	13
Уровень дезадаптации	0	0	3	20

Показатели контрольной группы на контрольном этапе эксперимента не изменились. Для наглядности результаты приведены на рисунке 8.

Как показывают результаты повторной диагностики большая часть детей с уровнем высокой адаптации находятся в экспериментальной группе и составляют 73% (11 детей). В контрольной группе показатели не изменились. Также стоит отметить, что детей с дезадаптацией в экспериментальной группе не наблюдается, что констатирует эффективность внедренной педагогической программы.

Далее с учащимися было проведено тестирование по исследованию мотивационного компонента по тесту методики Н.Г. Лускановой «Анкета по оценке уровня школьной мотивации учащихся начальной школы». Результаты исследования представлены в таблице 6.

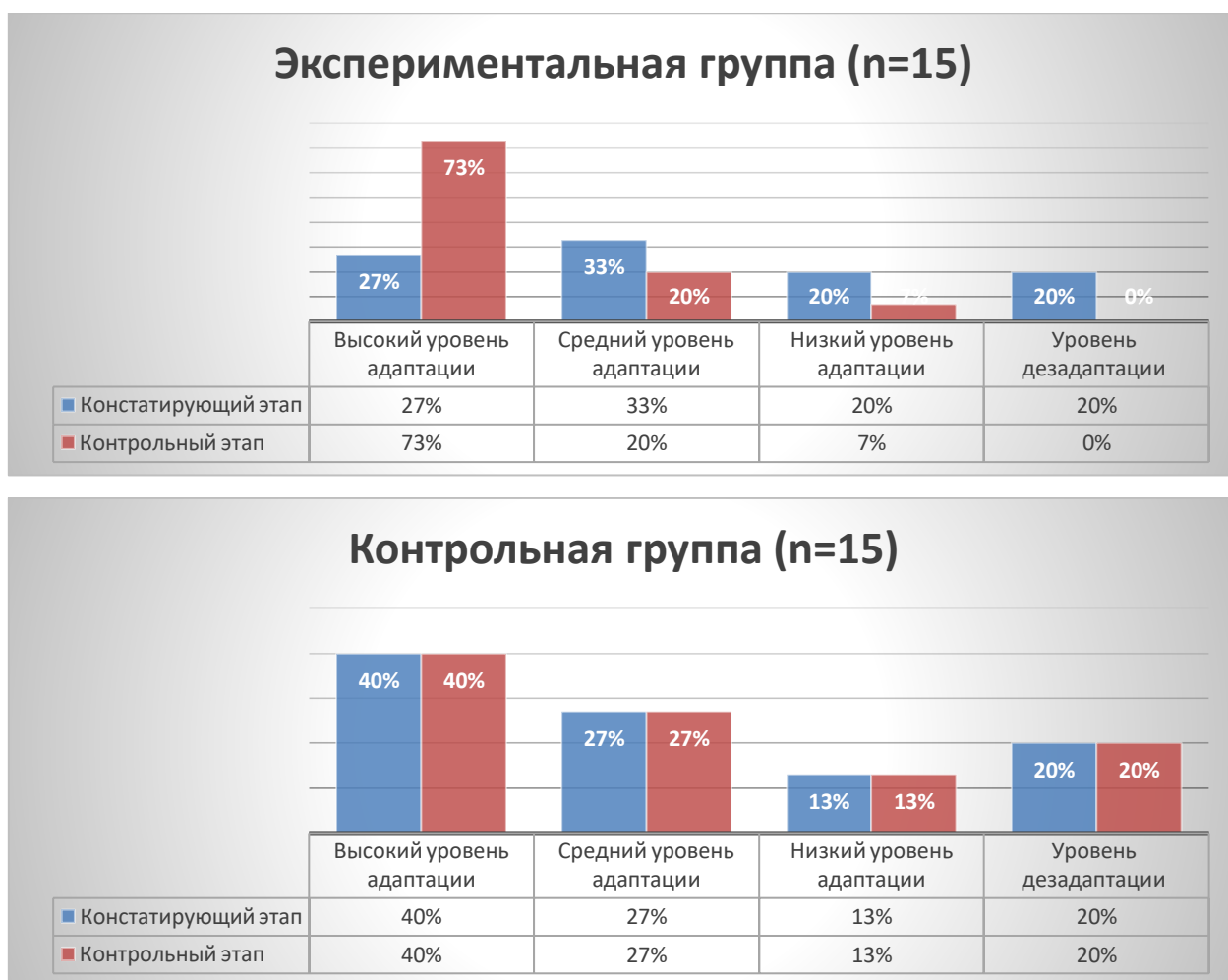


Рисунок 8 - Результаты, полученные в ходе контрольного этапа исследования в группах первоклассников по методике «Наблюдение по схеме: «Отношение ребенка к учебной деятельности и сверстникам» (В.М. Сафронова)

Таблица 6 – Результаты исследования мотивационного компонента дезадаптации первоклассников по методике Н.Г. Лускановой «Анкета по оценке уровня школьной мотивации учащихся начальной школы» на контрольном этапе эксперимента

Уровень адаптации	Экспериментальная группа (n=15)		Контрольная группа (n=15)	
	Кол. детей	%	Кол. детей	%
Высокий	9	60	4	27
Норма	4	27	4	27
Средний	2	13	1	6
Возможная дезадаптация	0	0	3	20
Дезадаптация	0	0	3	20

Для наглядности результаты приведены на рисунке 9.



Рисунок 9 – Результаты исследования мотивационного компонента дезадаптации первоклассников по методике Н.Г. Лускановой «Анкета по оценке уровня школьной мотивации учащихся начальной школы» на контрольном этапе эксперимента

Анализ результатов, представленных на рисунке 9 показал, что все дети экспериментальной группы имеют уровни адаптации: высокий, норма и средний, а низкого уровня адаптации и дезадаптации обнаружено не было.

Показатели контрольной группы по данной методики не изменились.

Подводя итог исследования, можно сделать вывод, что проведенное контрольное диагностическое исследование, включавшее проективную методику, наблюдение и анкетирование, однозначно свидетельствует о высокой эффективности реализованной программы, реализованной на формирующем этапе эксперимента.

Основным доказательством успешности разработанной нами в приложении 4 программы служат значительные положительные изменения в экспериментальной группе при полном отсутствии динамики в контрольной группе. Ключевые результаты заключаются в следующем:

1. Существенно повысился уровень школьной адаптации. Количество первоклассников с оптимальным (высоким) уровнем адаптации в экспериментальной группе увеличилось на 46%.

2. Полностью преодолена школьная дезадаптация. На контрольном этапе в экспериментальной группе не осталось детей с уровнем дезадаптации (0% против показателей на констатирующем этапе), в то время как в контрольной группе проблемные показатели сохранились.

3. Сформирован положительный мотивационный компонент. По результатам анкетирования, у всех учащихся экспериментальной группы был выявлен нормальный и высокий уровень школьной мотивации, при этом низкие показатели отсутствуют.

Таким образом, в результате проведения контрольного эксперимента выявлена положительная динамика адаптированности среди первоклассников благодаря разработки и реализации педагогической программы, основанной на анализе причин дезадаптации первоклассников, связанных компонентов рассматриваемой категории и направлений педагогической поддержки как способа преодоления школьной дезадаптации первоклассников.

Выводы по главе 2

Экспериментальное исследование, проведенное во второй главе магистерской диссертации, позволило сделать следующие выводы.

Проведенное контрольное диагностическое исследование, включавшее в себя такие методики как: проективная методика «Школа зверей» Т.А. Нежновой, методика «Наблюдение по схеме: «Отношение ребенка к учебной деятельности и сверстникам» В.М. Сафроновой, методика Н.Г. Лускановой «Анкета по оценке уровня школьной мотивации учащихся начальной школы», однозначно свидетельствует о высокой эффективности реализованной программы, реализованной на формирующем этапе эксперимента.

Основным доказательством успешности, разработанной нами педагогической программы служат значительные положительные изменения в экспериментальной группе при полном отсутствии динамики в контрольной группе.

Таким образом, комплексное использование различных диагностических методов подтвердило, что реализованная программа оказала значительное положительное влияние на процесс адаптации первоклассников к школьному обучению, способствуя формированию у них положительного отношения к учебной деятельности, сверстникам и высокой школьной мотивации.

Профилактика школьной дезадаптации первоклассников является комплексной задачей, требующей от педагогического состава целенаправленных и осознанных усилий по созданию адаптивной образовательной среды. Ключом к успеху является реализация нескольких взаимосвязанных направлений работы, основанных на принципах безусловного принятия, психологической безопасности и постепенности.

Для поддержки дезадаптированных первоклассников были подготовлены педагогические рекомендации педагогическому составу (приложение 5).

Прежде всего, необходимо обеспечить организационно-педагогические условия, максимально щадящие для ребенка. Это подразумевает строгое

соблюдение здоровьесберегающего режима: проведение 35-минутных уроков с обязательными физкультминутками, организацию динамической паузы после второго урока для игр и отдыха, а также полный отказ от перегружающих домашних заданий.

Пространство класса должно быть трансформировано, включив в себя не только традиционные учебные зоны, но и уголки для отдыха, игры и творчества, а на стенах стоит размещать яркие и понятные детям материалы, созданные совместными усилиями.

Содержательная сторона учебного процесса должна опираться на технологии, естественные для ребенка. Активное использование игровых, проблемно-диалогических и групповых форм работы позволяет поддерживать познавательный интерес и снижает напряжение. Крайне важной является система безотметочного оценивания, которая фокусируется на прогрессе и усилиях ребенка, а не на фиксации ошибок. Вербальное поощрение, символические знаки одобрения и листы самооценки в виде смайликов помогают формировать адекватное представление о своих достижениях без лишнего стресса.

Не менее значимым является диагностико-коррекционное направление. Педагогу необходимо работать в тесном тандеме со школьным психологом для проведения ранней диагностики и выявления детей «группы риска».

Наблюдение за поведением, эмоциональными реакциями и учебной активностью в течение дня позволяет вовремя заметить тревожные сигналы дезадаптации. Для таких учащихся должен быть разработан гибкий индивидуальный образовательный маршрут, а проведение малых педсоветов с привлечением специалистов и родителей поможет выработать единую линию поддержки.

Фундаментом успешной адаптации является благоприятный социально-психологический климат в коллективе. Учителю необходимо целенаправленно работать над сплочением класса через тимбилдинговые игры, совместные проекты и праздники, культивируя атмосферу взаимопомощи и уважения.

Важно ежедневно уделять внимание эмоциональному состоянию детей, используя утренние ритуалы приветствия, круги рефлексии, а также элементы арт- и сказкотерапии для помощи детям в выражении и регуляции своих чувств.

Наконец, выстраивание конструктивного и доверительного диалога с родителями становится залогом целостного подхода к профилактике дезадаптации.

Просвещение родителей об особенностях адаптационного периода, регулярная и деликатная обратная связь об успехах и трудностях их ребенка, а также практические рекомендации по организации режима дня и поддержанию спокойной атмосферы дома позволяют объединить усилия школы и семьи.

Только через такое комплексное и непрерывное взаимодействие всех участников образовательного процесса школа может стать для первоклассника не источником тревоги, а пространством безопасности, радости и успешного старта.

Поступление в первый класс — это переломный момент в жизни ребенка, сопряженный с кардинальной сменой образа жизни и социальной роли.

Для успешной и мягкой интеграции в новую школьную среду родителям необходимо создать комплексную систему поддержки, начинающуюся еще до 1 сентября.

Ключевая задача на подготовительном этапе — сформировать у ребенка позитивный и радостный образ школы. Для этого важно рассказывать о собственном положительном опыте, избегая любых форм запугивания или тревожных прогнозов.

Игровая деятельность, где ребенок примеряет на себя роли и ученика, и учителя, помогает снять напряжение и сделать ожидание учебы желанным. Параллельно стоит уделить внимание развитию фундаментальных навыков: произвольности поведения, умения концентрироваться, слушать и следовать инструкциям, а также мелкой моторики, что крайне важно для овладения письмом. Заблаговременный, плавный переход на школьный режим дня с

фиксированным временем подъема и отбоя поможет избежать резкого стресса от нового ритма жизни в сентябре.

После начала учебы критически важным становится создание дома стабильной, предсказуемой и поддерживающей среды. Организация собственного рабочего места — это не просто технический вопрос, а мощный символический жест, подтверждающий серьезность и важность нового статуса ребенка как ученика.

Строгое соблюдение режима дня, включающего полноценный сон (не менее 10–11 часов), время для прогулок и неструктурированной свободной игры, является базовой профилактикой переутомления и нервного истощения. Центром родительской стратегии должна стать эмоциональная поддержка: ежедневный искренний интерес не к формальным оценкам, а к чувствам, впечатлениям и социальным контактам ребенка («Что было интересного?», «С кем играл?») дает ему ощущение принятия и безопасности.

Категорически важно дать ребенку право на ошибку, акцентируя внимание на усилиях и прогрессе, а не на идеальном результате, и избегая разрушительных сравнений с другими, более успешными детьми. Формирование адекватной самооценки через похвалу за старание и посильные домашние обязанности помогает развить чувство компетентности и ответственности.

Не менее значимым является выстраивание партнерских, уважительных и конструктивных отношений с учителем, поскольку родитель и педагог являются единой командой, работающей на благо ребенка.

Регулярный, открытый диалог о процессе адаптации, успехах и возможных трудностях позволяет оперативно реагировать на возникающие проблемы.

При этом родителям следует быть крайне внимательными к тревожным сигналам дезадаптации, таким как стойкое нежелание идти в школу, психосоматические симптомы (головные боли, боли в животе без медицинских причин), повышенная тревожность, плаксивость, нарушения сна или резкое

снижение учебной мотивации. Их проявление в течение длительного периода — прямое указание на необходимость обратиться за консультацией к школьному психологу.

Одновременно важно избегать типичных ошибок: перегружать первоклассника дополнительными занятиями, выполнять домашние задания вместо него, предъявлять завышенные требования к академическим оценкам в ущерб психологическому комфорту и игнорировать жалобы ребенка. Помните, что ваша безусловная любовь, терпение и вера в его силы являются главным ресурсом, который позволяет ему справиться с любыми трудностями и сформировать здоровое, позитивное отношение к учебе и самому себе.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Дезадаптация школьников — это распространенная проблема, часто наблюдаемая у детей, проявляющаяся в виде повышенной тревожности и негативных эмоций в процессе обучения.

Сущность понятия «дезадаптация школьников» в современных педагогических исследованиях охватывает широкий спектр аспектов, связанных с трудностями, которые дети испытывают в процессе адаптации к школьной жизни.

Специфика процесса школьной дезадаптации первоклассников заключается в том, что она может проявляться на различных уровнях: эмоциональном, когнитивном и социальном.

Каждый ребенок уникален, и факторы, способствующие дезадаптации, могут варьироваться от индивидуальных особенностей личности до влияния семейной среды и образовательной системы.

Исследование потенциала педагогической поддержки дезадаптированных первоклассников открывает новые горизонты для разработки эффективных стратегий, направленных на улучшение адаптационного процесса и создание условий для успешного обучения и развития детей в школе.

Экспериментальное исследование, проведенное во второй главе магистерской диссертации, позволило сделать следующие выводы.

Проведенное контрольное диагностическое исследование, включавшее в себя такие методики как: проективная методика «Школа зверей» Т.А. Нежновой, методика «Наблюдение по схеме: «Отношение ребенка к учебной деятельности и сверстникам» В.М. Сафроновой, методика Н.Г. Лускановой «Анкета по оценке уровня школьной мотивации учащихся начальной школы», однозначно свидетельствует о высокой эффективности реализованной программы, реализованной на формирующем этапе эксперимента.

Основным доказательством успешности, разработанной нами педагогической программы служат значительные положительные изменения в

экспериментальной группе при полном отсутствии динамики в контрольной группе.

Подводя итог исследования, можно сделать вывод, что проведенное контрольное диагностическое исследование, включавшее проективную методику, наблюдение и анкетирование, однозначно свидетельствует о высокой эффективности реализованной программы, реализованной на формирующем этапе эксперимента.

Основным доказательством успешности разработанной нами в приложении 4 программы служат значительные положительные изменения в экспериментальной группе при полном отсутствии динамики в контрольной группе. Ключевые результаты заключаются в следующем:

1. Существенно повысился уровень школьной адаптации. Количество первоклассников с оптимальным (высоким) уровнем адаптации в экспериментальной группе увеличилось на 46%.

2. Полностью преодолена школьная дезадаптация. На контрольном этапе в экспериментальной группе не осталось детей с уровнем дезадаптации (0% против показателей на констатирующем этапе), в то время как в контрольной группе проблемные показатели сохранились.

3. Сформирован положительный мотивационный компонент. По результатам анкетирования, у всех учащихся экспериментальной группы был выявлен нормальный и высокий уровень школьной мотивации, при этом низкие показатели отсутствуют.

Таким образом, комплексное использование различных диагностических методов подтвердило, что реализованная программа оказала значительное положительное влияние на процесс адаптации первоклассников к школьному обучению, способствуя формированию у них положительного отношения к учебной деятельности, сверстникам и высокой школьной мотивации.

Профилактика школьной дезадаптации первоклассников является комплексной задачей, требующей от педагогического состава

целенаправленных и осознанных усилий по созданию адаптивной образовательной среды.

Ключом к успеху является реализация нескольких взаимосвязанных направлений работы, основанных на принципах безусловного принятия, психологической безопасности и постепенности.

Просвещение родителей об особенностях адаптационного периода, регулярная и деликатная обратная связь об успехах и трудностях их ребенка, а также практические рекомендации по организации режима дня и поддержанию спокойной атмосферы дома позволяют объединить усилия школы и семьи.

Только через такое комплексное и непрерывное взаимодействие всех участников образовательного процесса школа может стать для первоклассника не источником тревоги, а пространством безопасности, радости и успешного старта.

Гипотезу исследования, которая заключалась в том, что систематическая и целенаправленная педагогическая поддержка первоклассников, испытывающих трудности школьной дезадаптации, будет способствовать их успешному вхождению в учебную деятельность и гармонизации эмоционального состояния можно считать доказанной.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абдуллаева, С. З. Адаптация первоклассников к школьному обучению / С. З. Абдуллаева // Студенческий вестник. – 2021. – № 12-1 (157). – С. 23-25.
2. Абрамова, Г.С. Возрастная психология. Учебник и практикум. - М.: Юрайт, 2023. 816 с.
3. Авершина, Н. А. Изучение адаптации первоклассников к школе / Н. А. Авершина // В сборнике : Психология, педагогика и образование в условиях международного сотрудничества и интеграции. сборник статей Международной научно-практической конференции. – Уфа, 2020. С. 3-5.
4. Александровский Ю.А. Состояния психической дезадаптации и их компенсация (пограничные нервно-психические расстройства). - М., 1976. - 272 с.]
5. Андрющенко, Т.Ю. Коррекция психологического развития младших школьников на начальном этапе обучения / Т.Ю. Андрющенко, Н.В. Карабекова // Вопросы психологии., 2017. №1. С.34-36.
6. Балкизова, Ф. Б. Психолого-педагогические условия адаптации первоклассников к школьной жизни / Ф. Б. Балкизова // Успехи современной науки и образования. – 2017. – Т. 6. – № 2. – С. 36-38.
7. Безменова, Е. И. Организационно-педагогические условия сопровождения детей в период подготовки к школе / Е. И. Безменова // Педагогика: традиции и инновации: материалы V междунар. науч. конф. (г. Челябинск, июнь 2018 г.). – Челябинск : Два комсомольца, 2018. – С. 22-24.
8. Беличева С. А. Этот «опасный» возраст. - М.: Знание, 1982 - 94с.
9. Блонский П.П.. Трудные школьники, изд. 2-е, М., 1930, стр. 43.
10. Богуславский, М. В. Миражи педагогики поддержки / М. В. Богуславский // Директор школы. – 2002. – № 10. – С. 28–32.
11. Божович, Л. И. Психологические вопросы готовности ребенка к школьному обучению / Л. И. Божович // Вопросы психологии ребенка дошкольного возраста: сборник статей / ред. А. Н. Леонтьев, А. В. Запорожец. –

Москва : Международный образовательный и психологический колледж, 1995.
– С. 132-142

12. Божович, Л.М. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л.М. Божович. - М., 2016. - 267с.

13. Власова, М. В. Адаптация первоклассников / М. В. Власова // Вестник научных конференций. – 2022. – № 8-1 (84). – С. 18-20.

14. Воинов В.Б. К проблеме психофизиологической оценки успешности адаптации детей к школьным условиям // Мир психологии. – 2012. – № 1.

15. Воротынцева Д. А. Особенности школьной дезадаптации у детей младшего школьного возраста // Актуальные проблемы и перспективы практической психологии образования : Сборник научных статей по итогам II Всероссийской конференции (с международным участием), Белгород, 21–22 апреля 2023 года. Белгород: Белгородский государственный национальный исследовательский университет, 2023. С. 143

16. Воротынцева, Д. А. Особенности школьной дезадаптации у детей младшего школьного возраста // Актуальные проблемы и перспективы практической психологии образования : Сборник научных статей по итогам II Всероссийской конференции (с международным участием), Белгород, 21–22 апреля 2023 года. Белгород: Белгородский государственный национальный исследовательский университет, 2023. С. 143-146.

17. Вострокнутов, Н.В. Школьная дезадаптация: ключевые проблемы диагностики и реабилитации. - М., 2016. – 345 с.

18. Выготский, Л. С. Общая психология / Л. С. Выготский. – Москва : Академия. 2015. – 458 с.

19. Габитова, Э. Р. Задачи психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации первоклассников в соответствии ФГОС / Э. Р. Габитова // Теория и практика современной науки. – 2019. – № 10 (52). – С. 251-253.

20. Газман, О. С. Педагогическая поддержка детей в образовании как инновационная проблема / О. С. Газман // Новые Список литературы ценности

в образовании: десять концепций и эссе. – М. : Инноватор, 1995. – Вып. 3. – С. 58–63.

21. Галахова, Т. В. К вопросу об адаптации первоклассников к условиям школьного обучения / Т. В. Галахова // В сборнике : Психолого- педагогическое сопровождение обучающихся в пространстве образования. Материалы IV Всероссийской с международным участием научнопрактической конференции педагогов и психологов, социальных педагогов системы образования, молодых ученых, студентов и обучающихся. – 2023. – С. 368-370.

22. Гордон, Л. А. Социальная адаптация в современных условиях / Л. А. Гордон // Социологические исследования. – 2018. – № 8-9. – С. 3–15.

23. Градинар, Е. В. Исследование проблем адаптации первоклассников к школе / Е. В. Градинар // Методы науки. – 2016. – № 1 (1). – С. 55-56.

24. Григорьева, Е. В. Факторы адаптации детей к школьному обучению / Е. В. Григорьева // Сборник научных трудов. – № 2 – Кемерово : Кузбассвуиздат, 2017. – С. 63-68

25. Гуткина, Н. И. Психологическая готовность к школе: Руководство практического психолога / Н. И. Гуткина. – Москва : Академический проспект. – 2017. – 312 с.

26. Долинская, Л. А. Успешность адаптации первоклассников как следствие уровня развития произвольности психических процессов / Л. А. Долинская // В книге : Неделя науки и образования в интересах мира и развития. Итоговые материалы. Под редакцией Л. В. Дудовой, М. А. Кривенькой. – 2018. – С. 28-29.

27. Дудина Н.В. Адаптация первоклассников к обучению в школе // Молодость. Интеллект. Инициатива: материалы IV междунар. научнопрактич. конф. студ. и магистр. / под общ. ред. И.М. Прищепа. – Витебск: ВГУ им. П.М. Машерова, 2016. – С. 274-275

28. Жупикова, Л. В. Адаптация первоклассников / Л. В. Жупикова // Вестник научных конференций. – 2019. – № 12-1 (52). – С. 48-49.

29. Журба, В. В. Адаптация детей к первому классу, особенности адаптации первоклассников / В. А. Журба // В сборнике : Проблемы и тенденции научных

исследований в системе образования. сборник статей Международной научно-практической конференции. – 2019. – С. 63-66.

30. Закирова, А. М. Адаптационный период первоклассников / А. М. Закирова // В сборнике : Общество, государство, личность: влияние цифровых технологий. Материалы XXII Международной научнопрактической конференции студентов, магистрантов, аспирантов и молодых 66 ученых. – Казань, 2022. – С. 175-178.

31. Зверева Л. Г. Школьная дезадаптация детей младшего школьного возраста // Устойчивое развитие: вызовы и перспективы : сборник материалов II Международного форума, Ставрополь, 20 апреля 2023 года. Ставрополь: Общество с ограниченной ответственностью «Ставропольское издательство «Параграф», 2023. С. 106-111.

32. Зыбина Л.Н. Социально-психологические условия возникновения школьной дезадаптации у детей в младшем школьном возрасте // Настоящее будущее. Актуальные проблемы и тенденции в сфере психического здоровья: Сборник материалов Всероссийского форума специалистов помогающих профессий с международным участием, Новосибирск, 08-13 апреля 2020 года / Общероссийская общественная организация «Общероссийская профессиональная психотерапевтическая лига». Новосибирск: Общество с ограниченной ответственностью «Манускрипт», 2020. С. 128-132.

33. Кабакова, С. А. Сопровождение первоклассников в период адаптации к обучению / С. А. Кабакова // В сборнике : Единство и идентичность науки: проблемы и пути решения. сборник статей Международной научно-практической конференции: в 4 частях. – 2017. – С. 75-78.

34. Казакова, Е. И. Система комплексного сопровождения ребенка : от концепции к практике / Е. И. Казакова // Психолого-педагогическое, медикосоциальное сопровождение развития ребёнка : материалы Всероссийской научно-практической конференции. – Санкт-Петербург : СанктПетербургский государственный университет педагогического мастерства, 2015. – С. 45–48.

35. Каширин В.П., Слостенин В.А. Психология и педагогика: Учеб, пособие. – М.: Издат. центр «Академия», 2001. – 480 с.
36. Кичак, Т. Н. Педагогика и психология / Т. Н. Кичак. – СанктПетербург : Питер, 2015. – 541 с.
37. Ключникова, М. А. Психологическое сопровождение адаптации первоклассников / М. А. Ключникова // В сборнике : Молодежь и наука: реальность и будущее. Материалы X Международной научно-практической конференции. В 2-х томах. Редколлегия : Т. Н. Рябченко, Е. И. Бурьянова. – 2017. – С. 348-350.
38. Коган В.Е. Психогенные формы школьной дезадаптации // Вопросы психологии. 1984. №4. С. 89–96.
39. Комлева, З. С. Адаптация первоклассников к школьной среде / З. С. Комлева // Студенческий. – 2022. – № 31-2 (201). – С. 8-10.
40. Конвенция ООН о правах ребенка. Проспект. 2024. 32 с. // СПС Консультант Плюс https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_9959/
41. Конституция Российской Федерации. М. : Проспект, 2024. 64 с. // СПС Консультант Плюс https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_28399/
42. Коробейников И.А. Нарушения развития и социальная адаптация. - М: ПЕР СЭ, 2002 - 192 с.
43. Коробейников, И. А. Нарушения развития и социальная адаптация : монография / И. А. Коробейников. – Саратов : ПЕР СЭ, 2019. – 192 с.
44. Костяк, Т.В. Психологическая адаптация первоклассников: учеб. Пособие для студ. Высш. Пед. Учеб. Заведений. -Издательский центр «Академия», 2019. - 176 с.
45. Кулагина И. Ю. Психология детей младшего школьного возраста : учебник и практикум для вузов. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. 291 с.
46. Лебедева, О. В. Психологические трудности адаптации первоклассников в школе / О. В. Лебедева // Нижегородский психологический альманах. – 2020. – Т. 1. – № 1. – С. 161-170.

47. Мартынова, М. В. Психология образовательной деятельности / М. В. Мартынова. – Томск, 2016. – 121 с.
48. Молодцова Т.Д. Психолого-педагогические проблемы предупреждения и преодоления дезадаптации. 1997
49. Молодцова Т.Д., Шалова С.Ю. Влияние отчуждения подростков на возникновение их социальной дезадаптации // Проблемы современного педагогического образования. 2019. № 63–3. С. 294–297.
50. Мошкина, П. В. Исследование вопроса адаптации первоклассников в школе / П. В. Мошкина // Научно-исследовательский центр «Вектор 67 развития». – 2021. – № 2. – С. 275-280.
51. Мудрик А.В. Социальная педагогика - 2007г.
52. Мухина, В. С. Возрастная психология: феноменология развития / В. С. Мухина. – 10-е изд. – Москва : Изд. центр «Академия», 2006. – 607 с
53. Мясищев В.Н Личность и неврозы. Л.: ЛГУ, 1960. - 224 с
54. Налчаджян А.А. Социально-психологическая адаптация личности. (Формы, механизмы и стратегии). - Ереван, 1988. - 263 с
55. О порядке организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования / Министерства образования и науки РФ. М. : Просвещение, 2012.
- 56 с. // СПС Консультант Плюс
https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_382565/
56. Перевозный, А. В. Педагогические основы дифференциации современного образования / А. В. Перевозный. – Москва : НОРМА-ИНФРА, 2017. – 518 с.
57. Петровский А.В. Общая психология. - М., 1976
58. Петровский, А. В. Все остается людям / А. В. Петровский // Газман О. С. Неклассическое воспитание: От авторитарной педагогики к педагогике свободы. – М. : МИРОС, 2002. – 296 с.

59. Пожарская, Н. А. Адаптация первоклассников к обучению / Н. А. Пожарская // Технологии образования. – 2022. – № 2 (16). – С. 68-71.
60. Половинкина, М. А. Психолого-педагогическое сопровождение первоклассников в период адаптации к школе / М. А. Половинкина // В сборнике : Современное профессионально-педагогическое образование : опыт, проблемы, перспективы. Материалы Международной научнопрактической конференции. – Воронеж, 2022. – С. 125-130.
61. Прихожан А.М. Психология тревожности. Дошкольный и школьный возраст/ «Питер»., 2009.– С.192
62. Рамазанова, Э. А. Психолого-педагогическое сопровождение первоклассников в период адаптации к школе / Э. А. Рамазанова // Мир науки, культуры, образования. – 2018. – № 6 (73). – С. 163-165.
63. Раншбург И., Поппер П. Секреты личности: Пер. с венг. — М.: Педагогика, 1983.—160 с.
64. Ромм, М. В. Адаптация личности в социуме = Adaptation of a person in a society : Теоретико-методол. аспект: [Монография] / М. В. Ромм. – Новосибирск: Наука, 2002. – 272 с.
65. Российская Федерация. Законы. Об образовании в Российской Федерации : федер. закон : [принят Гос. Думой № 273-ФЗ от 29.12.2012]. // СПС Консультант Плюс https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/
66. Российская Федерация. Законы. Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации : федер. закон : [принят Гос. Думой № 124-ФЗ от 03.07.1998]. // СПС Консультант Плюс https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_19558/
67. Рубинштейн, С. Л. Общая психология / С. Л. Рубинштейн. – СанктПетербург : Питер, 2016. – 748 с.
68. Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях / Главный государственный санитарный врач Российской Федерации. М. : Просвещение, 2010. 67 с. // СПС Консультант Плюс

https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_111395/13baeace9a7edaaf163a71ba57ac55d1b44f7185

69. Северный А.А. Что такое школьная дезадаптация? - М.: Просвещение, 2009. 260 с.
70. Столяренко, Л. Д. Основы психологии / Л. Д. Столяренко. – Ростов на Дону : Феникс, 2016. – 784 с.
71. Сушкова О. О. Причины дезадаптации первоклассников и способы ее преодоления // Предупреждение и преодоление дезадаптации несовершеннолетних - центральная проблема социальной педагогики : сборник материалов 2-й Всероссийской научно-практической конференции, Таганрог, 08 апреля 2021 года. Ростов-на-Дону: Издательско-полиграфический комплекс РГУЭ (РИНХ), 2021. С. 122-126
72. Томчук, А. С. Психолого-педагогические условия успешной адаптации первоклассников к школьному обучению // Научнометодический электронный журнал «Концепт». 2015. Т. 10. С. 161–165.
73. Узденова, Л. И. Психолого-педагогическое сопровождение 68 адаптации первоклассников к школе / Л. И. Узденова // В сборнике : Гуманитарные науки. Студенческий научный форум. сборник статей по материалам LXI студенческой международной научно-практической конференции. – Москва, 2023. – С. 10-14.
74. Ульянова, У. Формирование общей способности к учению у шестилетних детей / У. Ульянова // Дошкольное воспитание. – 2016. – №3. – С. 53-57.
75. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования / Министерство образования и науки Российской Федерации. М. : Просвещение, 2011. 48 с. // СПС Консультант Плюс https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_389560/
76. Чернова, Л. А. Работа педагога-психолога в период адаптации первоклассников к школе / Л. А. Чернова // В сборнике : Социально-психологическая служба и вызовы современного образования. Материалы VII

Всероссийской конференции педагогов-психологов, социальных педагогов, учителей и воспитателей образовательных учреждений, специалистов, работающих в системе среднего профессионального и высшего образования. Сост. П. П. Кучегашева ; науч. ред. А. Г. Крицкий, А. Н. Кузибецкий. – 2018. – С. 71-75.

77. Чернышова, Е. А. Повышение педагогической компетентности родителей по вопросам адаптации первоклассника (младшего школьника) в условиях сельской школы / Е. А. Чернышова // В сборнике : Безопасное детство как правовой и социально-педагогический концепт. Материалы V Всероссийской научно-практической конференции с международным участием для студентов, магистрантов, аспирантов, преподавателей и специалистов. В 2-х томах. Ответственный за выпуск Л. А. Метлякова. – 2018. – С. 170-173.

78. Чуткина Г.М. Адаптация первоклассников к педагогическому процессу школы: автореферат дис. ... кандидата педагогических наук: 13.00.01 / Мин. гос. пед. ин-т им. А.М. Горького. – Минск, 1987. – 17 с.

79. Шилова Т.А. Психодиагностика и коррекция детей с отклонениями в поведении. – М., 2004. 71.

80. Эльконин, Д. Б. Детский возраст / Д. Б. Эльконин. – Москва : Академия, 2016. – 554 с.

81. Юстус, К. Г. Проблемы адаптации первоклассников к условиям обучения / К. Г. Юстус // Концепт. – 2021. – №3. – С. 223-225.

Проективная методика «Школа зверей» Т.А. Нежновой

Анализ изображенного дает возможность сделать некоторые предположения о тех трудностях, которые возникли у детей в процессе учебной деятельности. Однако эта методика может применяться не только на этапе адаптации к школе, но и в более старшем возрасте – при работе с выявлением трудностей учащихся на различных уроках, в учебной деятельности и в общении с одноклассниками и учителями. Может проводиться как в групповой, так и в индивидуальной форме.

Оборудование. Бумага, цветные карандаши.

Предварительная подготовка

Ведущий. Сейчас мы с вами совершим удивительное путешествие в волшебный лес. Сядьте удобно, расслабьтесь, закройте глаза. Представьте, что мы оказались на солнечной лесной полянке. Послушайте, как шумят листья над головой, мягкая трава касается ваших ног. На полянке вы видите "Школу зверей". Посмотрите вокруг. Какие звери учатся в этой школе? А какой зверь в ней учитель? Чем занимаются ученики? А каким животным вы видите себя? Что вы при этом чувствуете? Проживите эти чувства в себе. Вы можете находиться еще некоторое время в этой "Школе зверей", пока я буду считать до 10, а затем откройте глаза.

Инструкция

Ведущий. Вы побывали в "Школе зверей". А теперь возьмите карандаши и бумагу и попробуйте нарисовать то, что видели.

Дети выполняют задание.

Посмотрите внимательно на свой рисунок и найдите то животное, которым могли бы быть вы. Рядом с ним поставьте "х" или букву "я".

Интерпретация

1. Положение рисунка на листе.

Положение рисунка ближе к верхнему краю листа трактуется как высокая самооценка, как недовольство своим положением в коллективе, недостаточность признания со стороны окружающих.

Положение рисунка в нижней части – неуверенность в себе, низкая самооценка. Если рисунок расположен на средней линии, то у ребенка все в норме.

2. Контуры фигур.

Контуры фигур анализируются по наличию или отсутствию выступов (типа щитов, панцирей, игл), прорисовке и затемнению линий – все это защита от окружающих. Агрессивная – если выполнена в острых углах; со страхом или тревогой – если имеет место затемнение контурной линии; с опасением, подозрительностью – если поставлены щиты, заслоны.

3. Нажим.

При оценке линий необходимо обратить внимание на нажим. Стабильность нажима говорит об устойчивости, слабый нажим – о проявлении тревожности, очень сильный – о напряженности. О тревожности может свидетельствовать разорванность линий, наличие обводков, следы стирания.

4. Наличие деталей, соответствующих органам чувств, – глаза, уши, рот.

Отсутствие глаз свидетельствует о неприятии информации, изображение ушей (тем более больших и детально прорисованных) говорит о заинтересованности в информации, особенно касающейся мнения окружающих о себе. Открытый, заштрихованный рот – о легкости возникновения страхов. Зубы – признак вербальной агрессии.

5. Анализ качества и взаимодействия персонажей показывает особенности коммуникативных отношений. Большое количество вступающих в различные отношения друг с другом (играют, изображены в учебной деятельности и т.д.) и отсутствие разделяющих линий между ними говорит о благоприятных взаимоотношениях с одноклассниками. В противном случае можно говорить о трудностях в построении контактов с другими учениками.

6. Характер отношений между животным-учителем и животным, изображающим ребенка.

Необходимо проследить, нет ли противопоставления между ними? Как расположены фигуры учителя и ученика по отношению друг к другу?

7. Изображение учебной деятельности.

В случае отсутствия изображения учебной деятельности можно предположить, что школа привлекает ребенка внеучебными сторонами. Если же нет учеников, учителя, учебной или игровой деятельности, рисунок не изображает школу зверей или людей, то можно сделать предположение, что у ребенка не сформировалась позиция ученика, он не осознает своих задач как школьника.

8. Цветовая гамма.

Яркие, жизнерадостные тона говорят о благополучном эмоциональном состоянии ребенка в школе. Мрачные тона могут свидетельствовать о неблагополучии и угнетенном состоянии.

Методика «Наблюдение по схеме: «Отношение ребенка к учебной деятельности и сверстникам» В.М. Сафроновой

Цель – определить уровень адаптированности первоклассника к условиям обучения в школе.

Наблюдение проводится по следующей схеме:

1. Младший школьник старается уклониться от активного участия в работе на уроке.
2. Как правило, не проявляет дружелюбия и доброжелательности к сверстникам.
3. Никогда не делится своими впечатлениями ни с педагогом, ни со сверстником.
4. Обычно не идет на контакт, даже если к нему обращаются с просьбой.
5. Соглашается на вторые роли, обычно никогда не высказывает желания быть главным на уроке, во внеклассной деятельности.
6. У него нет друзей среди одноклассников, ни вообще в школе.
7. Как правило, избегает общения с другими детьми.
8. В общении обычно с одноклассниками стремится получить значимую роль, если не получает, отказывается идти на контакт.
9. Младший школьник не проявляет интереса к коллективной деятельности с одноклассниками, предпочитает уединение.
10. Жалуется родителям, что он плохо себя чувствует в школе.

Оценка полученных результатов будет производиться следующим образом: если отмеченная особенность поведения свойственна первокласснику, то соответствующее утверждение будем оценивать в 1 балл, если нет – 0 баллов.

Рассматривая адаптацию, как результат, В.М. Сафронова выделяет такие уровни: высокий оптимальный уровень адаптированности; средний уровень адаптированности; низкий уровень адаптированности; уровень дезадаптации личности.

Методика Н.Г. Лускановой «Анкета по оценке уровня школьной мотивации учащихся начальной школы».

1. Методика «Оценка школьной мотивации» (Лусканова Н.Г.)

Цель: выявить отношение учащихся к школе, учебному процессу, эмоциональное реагирование на школьную ситуацию.

Ход проведения. Предлагаемая анкета может быть использована при индивидуальном обследовании ребёнка, а также применяться для групповой диагностики. При этом допустимы два варианта предъявления:

1) Вопросы читаются вслух, предлагаются варианты ответов, а учащиеся (ребёнок) должны написать ответы, которые им подходят.

2) Анкеты в напечатанном виде раздаются всем ученикам и учитель просит их отметить все подходящие ответы¹.

Инструкция для ребёнка. Я буду задавать тебе вопросы, а ты на листе в пустых клетках отмечай подходящие тебе ответы.

Вопросы анкеты:

1) Тебе нравится в школе или не очень?

- не очень ☐; - нравится ☐; - не нравится ☐.

2) Утром, когда ты просыпаешься, ты всегда с радостью идёшь в школу или тебе часто хочется остаться дома?

- чаще хочется остаться дома ☐; - бывает по-разному ☐; - иду с радостью ☐.

3) Если бы учитель сказал, что завтра в школу необязательно приходить всем ученикам, желающим можно остаться дома, ты пошёл (пошла) бы в школу или остался (осталась) бы дома?

- не знаю ☐; - остался (осталась) бы дома ☐; - пошёл (пошла) бы в школу ☐.

4) Тебе нравится, когда у вас отменяют какие-нибудь уроки?

- не нравится ☐; - бывает по-разному ☐; - нравится ☐.

5) Ты хотел (а) бы, чтобы тебе не задавали домашних заданий?

- хотел (а) бы ☐; - не хотел (а) бы ☐; - не знаю ☐.

6) Ты хотел (а) бы, чтобы в школе остались одни перемены?

- не знаю ☐; - не хотел (а) бы ☐; - хотел (а) бы ☐.

7) Ты часто рассказываешь о школе родителям?

- часто ☐; - редко ☐; - не рассказываю ☐.

8) Ты хотел (а) бы, чтобы у тебя был менее строгий учитель?

- точно не знаю ☐; - хотел (а) бы ☐; - не хотел (а) бы ☐.

9) У тебя в классе много друзей?

- мало ☐; - много ☐; - нет друзей ☐.

10) Тебе нравятся твои одноклассники?

- нравятся ☐; - не очень ☐; - не нравятся ☐.

Оценка результатов:

Подсчитайте количество баллов по следующему ключу и определите уровень развития мотивации.

№ вопроса	Оценка		
	За первый ответ	За второй ответ	За третий ответ
1	1	3	0
2	0	1	3
3	1	0	3
4	3	1	0
5	0	3	1
6	1	3	0
7	3	1	0
8	1	0	3

Уровни школьной мотивации:

1. 25-30 баллов – высокий уровень школьной мотивации, учебной активности.

Такие дети отличаются наличием высоких познавательных мотивов, стремлением наиболее успешно выполнять все предъявляемые школой требования. Они очень чётко следуют всем указаниям учителя, добросовестны и ответственны, сильно переживают, если получают неудовлетворительные оценки или замечания педагога.

2. 20-24 балла – хорошая школьная мотивация.

Наиболее типичный уровень для младших школьников, успешно справляющихся с учебной деятельностью. При ответах на вопросы проявляют меньшую зависимость от жёстких требований и норм.

3. 15-19 баллов – положительное отношение к школе, но школа привлекает больше внеучебными сторонами.

Такие учащиеся достаточно благополучно чувствуют себя в школе, однако чаще ходят в школу, чтобы общаться с друзьями, с учителем. Им нравится ощущать себя учениками, иметь красивый портфель, ручки, тетради. Познавательные мотивы у таких детей сформированы в меньшей степени и учебный процесс их мало привлекает.

4. 10-14 баллов – низкая школьная мотивация.

Подобные школьники посещают школу неохотно, предпочитают пропускать занятия. На уроках часто занимаются посторонними делами, играми. Испытывают серьёзные затруднения в учебной деятельности. Находятся в состоянии неустойчивой адаптации в школе.

5. ниже 10 баллов – негативное отношение к школе, школьная дезадаптация.

Такие дети испытывают серьёзные трудности в школе: они не справляются с учебной деятельностью, испытывают проблемы в общении с одноклассниками, во взаимоотношениях с учителем. Школа нередко воспринимается ими как враждебная среда, пребывание в которой для них невыносимо. В других случаях ученики могут проявлять агрессивные реакции, отказываясь выполнять те или иные задания, следовать тем или иным нормам и правилам.

Результаты учащихся могут быть представлены по уровням:

1		2		3		4		5	
Чел.	%	Чел.	%	Чел.	%	Чел.	%	Чел.	%

Комплексная программа педагогической поддержки по преодолению школьной дезадаптации первоклассников «Навстречу друг другу: ребенок, родитель, учитель»

1. Пояснительная записка

Актуальность: Поступление в школу – критический период в жизни ребенка, связанный со сменой социальной ситуации и ведущей деятельности. Не все дети готовы к этим изменениям, что может проявляться в виде **школьной дезадаптации** – комплексе нарушений, включающем трудности в обучении, неадекватное поведение, негативное эмоциональное отношение к школе и конфликтные отношения с одноклассниками и учителем.

Цель программы: Создание психолого-педагогических условий для успешной адаптации первоклассников к школьному обучению, профилактика и преодоление признаков дезадаптации.

Задачи:

Диагностика: Выявить уровень и специфику адаптации каждого ребенка.

Профилактика: Создать благоприятный психологический климат в классе.

Коррекция: Реализовать индивидуальные и групповые меры по преодолению выявленных трудностей.

Просвещение: Обучить родителей и педагогов эффективным стратегиям поддержки первоклассников.

Консолидация: Объединить усилия учителя, психолога, родителей и администрации школы.

Целевая группа: Первоклассники, проявляющие признаки школьной дезадаптации.

Сроки реализации: Первое полугодие (сентябрь – декабрь) с возможностью пролонгации для отдельных учащихся.

Основные принципы:

Индивидуальный подход: Учет личностных особенностей каждого ребенка.

Системность: Взаимосвязь диагностической, профилактической и коррекционной работы.

Непрерывность и преемственность: Поэтапность действий, согласованность работы всех участников.

Доброжелательность и поддержка: Создание ситуации успеха для ребенка.

Таблица 1 - Этапы реализации программы

№	Этап	Сроки	Содержание работы
1	Диагностико-прогностический	Сентябрь	Выявление группы риска по дезадаптации. Наблюдение, анкетирование родителей, методики для детей.
2	Основной (коррекционно-развивающий)	Октябрь – Ноябрь	Проведение цикла адаптационных занятий, индивидуальная работа, консультации для родителей и учителей.
3	Контрольно-аналитический	Декабрь	Повторная диагностика, анализ эффективности программы, планирование дальнейшей работы.

3. План-график реализации программы

Таблица 2 - Диагностический блок

Объект изучения	Методы и методики	Ответственный	Сроки
Уровень адаптации ребенка	Наблюдение на уроках и переменах (по схеме), проективная методика «Рисунок школы», беседа «Оценка уровня школьной мотивации» (Н.Г. Лусканова)	Классный руководитель, педагог-психолог	Сентябрь
Взаимоотношения в классе	Наблюдение за игровой деятельностью, методика «Два домика» (социометрия для младших школьников)	Педагог-психолог	Конец сентября
Эмоциональное состояние	Цветовой тест Люшера, анкета «Чувства в школе» (модифицированная), рисуночные тесты («Несуществующее животное»)	Педагог-психолог	По запросу
Родительское отношение	Анкета для родителей «Адаптация ребенка к школе», опросник «Стиль семейного воспитания»	Классный руководитель	Сентябрь

Таблица 3 - Коррекционно-развивающий блок (на примере групповых занятий)

- **Формат:** Группа 5-7 человек, 1-2 раза в неделю.
Продолжительность занятия: 30-35 минут.
- **Цель занятий:** Развитие коммуникативных навыков, эмоциональной сферы, познавательных процессов, снижение тревожности.

№ занятия	Тема	Задачи	Краткое содержание
1	«Знакомство»	Создать благоприятную атмосферу, установить правила группы.	Игры на знакомство («Снежный ком»), создание «правил дружной компании», ритуал приветствия/прощания.
2	«Школьные чувства»	Научить распознавать и выражать свои эмоции, связанные со школой.	Беседа «Какие бывают чувства?», игра «Угадай эмоцию», рисование «Мое настроение в школе».
3-4	«Учимся дружить»	Развивать навыки сотрудничества, разрешения конфликтов.	Коммуникативные игры («Слепой и поводырь», «Сороконожка»), проигрывание конфликтных ситуаций, обсуждение.
5-6	«Внимательные ушки» (Развитие ВПФ)	Тренировка внимания, памяти, произвольности.	Игры «Корректор», «Что изменилось?», «Повтори ритм», графические диктанты.
7	«Я могу!»	Повышение самооценки, создание ситуации успеха.	Упражнение «Я самый-самый...», «Комплименты», создание индивидуальной «Медали успеха».

Таблица 4 - Работа с родителями и педагогами

Направление работы	Мероприятия	Ответственный	Сроки
Просвещение	Родительское собрание «Особенности адаптации первоклассников. Как помочь ребенку?». Информационный стенд/памятки для родителей.	Классный руководитель, психолог	Сентябрь, в течение года
Консультирование	Индивидуальные консультации по результатам диагностики, обсуждение стратегий поддержки ребенка дома.	Классный руководитель, психолог	В течение года
Взаимодействие	Совещание с учителями начальных классов по вопросам преодоления дезадаптации, обмен наблюдениями.	Психолог, завуч	Октябрь

4. Критерии и методы оценки эффективности программы

Снижение уровня тревожности (сравнение результатов цветового теста Люшера, наблюдение).

Повышение учебной мотивации (методика Лускановой, наблюдение за вовлеченностью на уроке).

Улучшение социальных контактов (повторная социометрия, наблюдение за взаимодействием со сверстниками).

Нормализация эмоционального состояния (снижение числа жалоб на усталость, плохое самочувствие, улучшение настроения ребенка).

Обратная связь от родителей (анкетирование, устные отзывы).

5. Ожидаемые результаты

Для ребенка: Успешная адаптация к школьному обучению, положительное отношение к школе, установление дружеских контактов, адекватная самооценка.

Для родителей: Повышение психолого-педагогической грамотности, овладение эффективными способами взаимодействия с ребенком.

Для учителя: Сформированный благоприятный психологический климат в классе, владение методами работы с дезадаптированными учениками.

6. Ресурсное обеспечение

Кадровое: Классный руководитель, педагог-психолог, социальный педагог, администрация школы.

Материальное: Кабинет для индивидуальных и групповых занятий, канцелярские товары, дидактические материалы, игровой реквизит.

Информационное: Методическая литература, диагностический инструментарий, коррекционно-развивающие программы.

Методические рекомендации педагогическому составу

Методические рекомендации педагогическому составу по профилактике школьной дезадаптации у первоклассников

1. Введение

Начало обучения в школе – это критический период в жизни ребенка, связанный с переходом к новой социальной роли и освоением нового вида ведущей деятельности – учебной. Школьная дезадаптация – это комплекс нарушений, проявляющихся в неуспешности обучения, конфликтных отношениях с одноклассниками и педагогами, повышенной тревожности, нежелании посещать школу и ухудшении здоровья.

Цель данных рекомендаций – вооружить педагогов практическим инструментарием для создания адаптивной образовательной среды, которая минимизирует стресс первоклассника и способствует его успешному вхождению в школьную жизнь.

2. Ключевые принципы организации работы с первоклассниками

Принцип безусловного принятия: Каждый ребенок ценен сам по себе, вне зависимости от его академических успехов и скорости усвоения материала.

Принцип психологической безопасности: Создание атмосферы доверия, поддержки и доброжелательности, где ошибка считается частью процесса обучения.

Принцип постепенности: Поэтапное увеличение учебной нагрузки и усложнение требований с учетом индивидуальных возможностей детей.

Принцип игровой деятельности: Активное использование игровых технологий как естественной для ребенка формы познания мира.

3. Основные направления и конкретные рекомендации

3.1. Организационно-педагогическое направление (создание адаптивной среды)

Щадящий режим:

Соблюдение продолжительности урока (35 минут) с обязательными физкультминутками (2-3 за урок).

Использование «динамической паузы» (40-50 минут) после второго урока для отдыха, игр на свежем воздухе.

Недопущение перегрузки домашними заданиями (в 1 классе их официально нет, но могут быть рекомендации).

Структура урока:

Деление урока на смысловые блоки с частой сменой видов деятельности (письмо, чтение, игра, устный счет, творчество).

Чередование интеллектуальной нагрузки с двигательной активностью (например, «покажи букву телом», «изобрази число»).

Пространство класса:

Организация зон для отдыха, игр и индивидуальных занятий (ковёр, мягкие пуфы, книжный уголок).

Размещение на стенах ярких, понятных детям материалов, созданных вместе с ними (например, «Наше настроение», «Правила нашего класса» в картинках).

3.2. Содержательно-педагогическое направление (технологии обучения и оценивания)

Технологии обучения:

Широкое использование игровых технологий (сюжетно-ролевые, дидактические игры).

Внедрение проблемно-диалогического обучения (создание ситуаций, где ребенок сам может «открыть» знание).

Применение групповых и парных форм работы для развития коммуникативных навыков.

Интеграция учебных предметов (интегрированные уроки «обучение грамоте + окружающий мир»).

Система оценивания:

Полный отказ от отметочного (бального) оценивания.

Использование безотметочной системы: вербальное поощрение, стикеры, печати, «лесенки успеха», «листы самооценки» (смайлики: «Я понял», «Мне нужно помочь»).

Акцент на оценке процесса и усилий ребенка, а не только конечного результата. («Я вижу, как старательно ты выводил эти буквы!» вместо «Написал криво»).

3.3. Диагностико-коррекционное направление (работа с «группой риска»)

Ранняя диагностика:

Тесное сотрудничество со школьным психологом для проведения входной диагностики в начале года (уровень развития познавательных процессов, мотивационная готовность, эмоциональное состояние).

Наблюдение за детьми в течение дня: как общаются, как реагируют на неудачи, насколько быстро устают.

Индивидуальный подход:

Выявление детей с признаками дезадаптации (постоянная тревожность, агрессия, апатия, частые болезни, отказ идти на контакт).

Разработка индивидуальных образовательных маршрутов для таких детей (упрощенные задания, дополнительное время, опора на сильные стороны).

Организация малых педагогических советов с участием учителя, психолога, логопеда и родителей для выработки единой стратегии поддержки ребенка.

3.4. Социально-психологическое направление (климат в коллективе)

Формирование детского коллектива:

Проведение тимбилдинговых игр и тренингов на сплочение («Мы — команда»).

Совместные проекты, праздники, экскурсии.

Культивирование взаимопомощи, уважения к различиям между детьми.

Работа с эмоциональной сферой:

Введение «ритуалов»: утреннее приветствие, круг рефлексии в конце дня («Самое интересное сегодня для меня было...»).

Использование методов арт-терапии (рисование эмоций, лепка), сказкотерапии для проработки страхов и тревог.

Обучение детей простым техникам саморегуляции («дыхание цветка», «задувай свечу»).

3.5. Взаимодействие с родителями

Просвещение: Проведение родительских собраний на темы: «Особенности адаптационного периода», «Как поддерживать первоклассника».

Информирование: Регулярная (но не чрезмерная!) обратная связь об успехах и трудностях ребенка через дневники, мессенджеры, личные беседы.

Вовлечение: Привлечение родителей к жизни класса (помощь в организации праздников, экскурсий, мастер-классов).

Рекомендации: Объяснять родителям важность соблюдения режима дня, создания спокойной обстановки дома, отказа от завышенных требований.

4. Заключение

Профилактика дезадаптации – это не разовое мероприятие, а целостная система работы всего педагогического коллектива, основанная на любви, понимании и уважении к личности ребенка. Успех адаптации первоклассника определяется тем, насколько школа становится для него не источником стресса, а пространством для роста, дружбы и радости открытий.

Педагогические рекомендации родителям (законным представителям) по профилактике дезадаптации первоклассников

Поступление в первый класс — это критический период в жизни ребенка, связанный с кардинальными изменениями в его образе жизни, социальном статусе и системе отношений. Школьная дезадаптация — это комплекс нарушений, проявляющихся в неуспешности обучения, конфликтных отношениях, повышенной тревожности и нежелании посещать школу. Задача родителей — помочь ребенку мягко и успешно интегрироваться в новую среду.

1. Подготовительный этап (до школы и первые недели)

Формирование позитивного образа школы:

Говорите о школе с уважением и интересом. Рассказывайте о своих положительных школьных воспоминаниях, о том, как много нового и интересного можно узнать.

Избегайте запугиваний. Фразы вроде «Вот пойдешь в школу, там тебе покажут!» или «Будешь плохо учиться, станешь дворником» формируют стойкий страх и негатив.

Играйте в школу. Пусть эта игра будет веселой, а роль ученика — желанной. Позволяйте ребенку побывать и в роли учителя.

Развитие необходимых навыков:

Формируйте произвольность. Учите ребенка управлять своим поведением: выполнять не только то, что хочется, но и то, что надо. Это можно тренировать через следование правилам в играх, выполнение простых поручений.

Тренируйте внимание и память. Читайте вместе книги, обсуждайте прочитанное, учите короткие стишки, играйте в настольные игры, требующие концентрации.

Развивайте мелкую моторику. Лепка, рисование, конструкторы, пазлы, собирание мозаики — все это готовит руку к письму.

Режим дня:

За 2-3 месяца до школы постепенно переходите на «школьный» режим. Подъем и отбой в одно и то же время. Это поможет избежать резкого стресса в сентябре.

2. Создание поддерживающей среды дома (в течение всего года)

Организация рабочего пространства:

Создайте ребенку собственное учебное место (письменный стол, полки для книг, хорошее освещение). Это знак уважения к его новому статусу.

Следите за соблюдением режима дня. Первокласснику необходимо не менее 10-11 часов сна, обязательные прогулки на свежем воздухе (не менее 2 часов) и время для свободной игры.

Эмоциональная поддержка:

Проявляйте искренний интерес не только к оценкам, но и к чувствам ребенка, его взаимоотношениям с одноклассниками и учителем. Спрашивайте: «Что сегодня было самого интересного?», «В какие игры ты играл на перемене?», «С кем ты подружился?».

Не сравнивайте его с другими детьми. («Вот Маша уже отличница, а ты...»). Сравнивайте его сегодняшние успехи с вчерашними: «Сегодня у тебя получилось написать эту букву гораздо аккуратнее, чем неделю назад!»

Дайте право на ошибку. Подчеркивайте, что ошибаться — это нормально и именно так мы учимся. Избегайте критики личности, критикуйте конкретное действие. Не «ты неряха», а «посмотри, здесь буква вышла за строчку, давай попробуем написать ее аккуратнее».

Формирование адекватной самооценки:

Хвалите за усилия, а не только за результат. «Я вижу, ты очень старался!», «Мне нравится, как аккуратно ты раскрасил этот рисунок» — такие фразы мотивируют лучше, чем просто «молодец».

Поручайте посильные домашние обязанности. Это формирует чувство компетентности и ответственности.

3. Взаимодействие со школой и учителем

Установите партнерские, уважительные отношения с учителем. Помните, вы и учитель — одна команда с общей целью: благополучием вашего ребенка.

Регулярно интересуйтесь успехами и поведением ребенка, но не с позиции контроля, а с позиции заинтересованности. Спросите учителя: «Как мой ребенок адаптируется?», «На что нам стоит обратить внимание?».

Если возникла проблема, решайте ее конструктивно. Не обсуждайте учителя негативно при ребенке — это подрывает авторитет педагога и усиливает тревогу школьника. Лучше напрямую обсудить ситуацию с учителем.

4. Тревожные признаки дезадаптации (на что обращать внимание)

Если вы наблюдаете следующие симптомы в течение длительного времени (более 2-3 месяцев), это повод внимательнее присмотреться и обратиться за консультацией к школьному психологу или учителю:

Стойкое нежелание идти в школу, утренние истерики, головные боли, боли в животе (при отсутствии медицинских причин).

Повышенная тревожность, плаксивость, подавленное настроение, частые вспышки гнева или апатия.

Нарушения сна (трудности с засыпанием, беспокойный сон, кошмары).

Снижение успеваемости и интереса к учебе, постоянная усталость.

Трудности в общении: отсутствие друзей, жалобы на то, что его обижают, или полный уход от контактов.

5. Чего следует избегать

Перегружать ребенка дополнительными кружками и секциями в первом полугодии. Школа — уже огромная нагрузка.

Делать уроки вместо ребенка или сидеть над душой. Ваша задача — помочь организовать процесс, быть на подхвате, если попросит, но не лишать его самостоятельности.

Требовать только отличных результатов. В первом классе важен не столько высокий балл, сколько сформированность интереса к учебе и положительное отношение к школе.

Игнорировать жалобы ребенка на плохое самочувствие или конфликты в школе.

Главный принцип: любовь, терпение и поддержка — это самый надежный фундамент, который поможет первокласснику пережить любой стресс и успешно адаптироваться к школьной жизни.