

# ПРОГРАММА ОРГАНИЗАЦИИ ПРОЦЕССА АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАСНИКОВ К ШКОЛЬНОМУ ОБУЧЕНИЮ

(подпрограмма к Образовательной программе школы)

## ВВЕДЕНИЕ

Адаптация - естественное состояние человека, проявляющееся в приспособлении (привыкании) к новым условиям жизни, новой деятельности, новым социальным контактам, новым социальным ролям. Значение этого периода вхождения в непривычную для детей жизненную ситуацию проявляется в том, что от благополучности его протекания зависит не только успешность овладения учебной деятельностью, но и комфортность пребывания в школе, здоровье ребенка, его отношение к школе и учению.

**Цель настоящей программы:** создать психолого-педагогические условия, обеспечивающие благоприятное течение адаптации первоклассников к школьному обучению.

**Планируемый результат:** благоприятное течение адаптации первоклассников к обучению в школе.

### **Основные показатели благоприятной адаптации ребенка:**

- сохранение физического, психического и социального здоровья детей;
- установление контакта с учащимися, с учителем;
- формирование адекватного поведения;
- овладение навыками учебной деятельности.

Индикатором трудности процесса адаптации к школе являются негативные изменения в поведении ребенка: это может быть чрезмерное возбуждение, даже агрессивность или, наоборот, заторможенность, депрессивность. Может возникнуть чувство страха, нежелание идти в школу и т.д.

При неблагоприятном течении адаптации у детей замедляется рост, падает масса тела. Острая заболеваемость первоклассников в этот период может в 2 раза превышать величину этого показателя у более старших школьников.

Деятельность педагогического коллектива школы № 6 по организации благоприятной адаптационной среды на переходе от дошкольного к начальному школьному образованию **направлена на создание следующих психолого-педагогических условий:**

- I. Организация режима школьной жизни первоклассников.
- II. Создание предметно-пространственной среды. - .
- III. Организация оздоровительно-профилактической работы.
- IV. Организация учебно-познавательной деятельности первоклассников в адаптационный период.
- V. Организация внеучебной жизни первоклассников.
- VI. Взаимодействие с участниками образовательного сообщества.
- VII. Изучение социально-психологической адаптации детей к школе.

### **Психолого-педагогические условия благоприятной адаптации первоклассников к обучению**

Результат: благоприятное течение адаптации первоклассников к обучению в

школе.

#### **1. ОРГАНИЗАЦИЯ РЕЖИМА ШКОЛЬНОЙ ЖИЗНИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ**

1. Оптимальный годовой календарный учебный график, позволяющий равномерно чередовать учебную деятельность и отдых первоклассников.

Согласно сложившейся в школах страны структуре учебного года наблюдается неравномерность распределения учебного и каникулярного времени, что противоречит физическому принципу чередования труда и отдыха как необходимого условия для предупреждения переутомления школьников и сохранения стабильного уровня их работоспособности в течение года. Над

данной проблемой работали с 1999 года, апробировали разные варианты учебных графиков и, опираясь на исследования зарубежных гигиенистов, доказавших, что работоспособность школьников достигает максимума на 15-й день, после чего около 2-х недель она удерживается на высоком уровне, а начиная с 5-й недели резко снижается, разработали наиболее оптимальный годовой календарный учебный график.

Учебный год разбит на 6 периодов обучения («четвертей»). Первое полугодие разделено на 3 периода по 5 недель каждый. Между I и II «четвертями» и между II и III - недельные каникулы. Второе полугодие также разбито на 3 периода обучения, но уже продолжительностью для первых классов по 6 учебных недель. Новогодние каникулы для 1-х классов - 2 недели.

Составленный календарный график не противоречит Типовому положению об общеобразовательном учреждении, Закону РФ «Об образовании».

1. Обучение весь год в 1-ю смену с 8.30 часов.
2. Пятидневный режим обучения с соблюдением требований к максимальному объему учебной нагрузки.
3. «Ступенчатый режим» постепенного наращивания учебного процесса: в сентябре-октябре проводится ежедневно только по три урока по 35 минут каждый, а со второй четверти - 4 урока по 35 минут.
4. Облегченный день в середине учебной недели (учет биоритмологического оптимума умственной и физической работоспособности).
5. 35-минутный урок в течение всего учебного года.
6. Ежедневная 40-минутная динамическая пауза на свежем воздухе после 2-го урока.
7. Ежедневный спортивный час в ГПД.

Каждый первоклассник обеспечивается удобным рабочим местом за партой или столом в соответствии с ростом и состоянием слуха и зрения. Для детей с нарушениями слуха и зрения парты, независимо от

их роста, ставятся первыми, причем для детей с пониженной остротой зрения они размещаются в первом ряду от окна.

Стол в классных комнатах располагается так, чтобы можно было организовать фронтальную, групповую и парную работу обучающихся на уроке. По возможности учебники и дидактические пособия для первоклассников хранятся в школе.

## ОРГАНИЗАЦИЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ

1. Медико-педагогическая диагностика состояния здоровья первоклассников:

- медицинский осмотр детей, поступающих в школу, врачами-специалистами (педиатром, окулистом, отоларингологом, хирургом, гинекологом, неврологом);
- мониторинг состояния здоровья, заболеваемости первоклассников с целью выявления наиболее часто болеющих детей; определение причин заболеваемости с целью проведения более эффективной коррекционной и профилактических работ;
- диагностика устной и письменной речи (мониторинг речевого развития).

2. Профилактическая работа по предупреждению заболеваний:

- проведение плановых и внеплановых прививок медработником школы (в т.ч. вакцинация против гриппа, клещевого энцефалита);
- витаминизация;
- профилактика простудных заболеваний (применение чеснока, элеутерококка, оксалиновой мази и т.д.);
- создание в школе условий для соблюдения санитарно-гигиенических навыков: мытья рук, переодевания сменной обуви и т.д.;
- соблюдение санитарно-гигиенического и противозидемического режима;
- коррегирующие занятия с детьми, имеющими нарушения опорно-двигательного аппарата и зрения (программа «Как

помочь ребенку с ослабленным здоровьем преодолеть школьные трудности»).

### 3. Максимальное обеспечение двигательной активности детей:

- ежедневная физзарядка до занятий;
- согласно письму МО РФ «Об организации обучения в первом классе четырехлетней начальной школы» (от 25.09.2000г. № 2021/11-13), физкультминутки проводятся на каждом уроке продолжительностью по 1,5-2 минуты (рекомендуется проводить на 10-й и 20-й минутах урока). В комплекс физминуток включаются различные упражнения с целью профилактики нарушения зрения, простудных заболеваний, заболеваний опорно-двигательного аппарата;
- согласно требованиям СанПиН 2.4.2.1178-02 п. 2.9.4., в середине учебного дня (после двух уроков) для первоклассников проводится динамическая пауза на свежем воздухе продолжительностью 40 минут;
- подвижные игры на переменах;
- ежедневная прогулка и спортивный час в группе продленного дня;
- внеклассные спортивные мероприятия;
- школьные спортивные кружки: «Спортигры», «Лыжные гонки», «Игры народов Урала».

### 4. Организация рационального питания первоклассников предусматривает:

- назначение учителя, ответственного за организацию горячего питания в школе, за родительскую плату и бесплатное питание;
- создание бракеражной комиссии в составе: медицинский работник школы, диетсестра, учитель, ответственный за организацию питания;
- выполнение требований СанПиН к организации питания в общеобразовательных учреждениях;
- соблюдение основных принципов рационального питания:

соответствие энергетической ценности рациона возрастным физиологическим потребностям детей (учет необходимой потребности в энергии детей 7 лет при одноразовом горячем питании примерно 480 ккал);

сбалансированность рациона питания детей по содержанию белков, жиров и углеводов для максимального их усвоения в соотношении 1:1:4;

восполнение дефицита витаминов в питании школьников за счет корректировки рецептур и использования обогащенных продуктов; максимальное разнообразие рациона путем использования достаточного ассортимента продуктов и различных способов кулинарной обработки; соблюдение оптимального режима питания.

- создание благоприятных условий для приема пищи (школа приобрела не обходимые комплекты столовых приборов: ложки столовые, чайные, вилки; на столах салфетки; мытье рук перед едой) и обучение культуре поведения за столом;
- организация дежурства детей в столовой, результаты которого отмечаются самими учащимися в Экране, где оценивается поведение в столовой и чистота стола после завтрака;
- практически 100%-ный охват первоклассников горячим питанием;
- ежемесячные рейды общешкольного родительского комитета с целью проверки организации питания учащихся в школе (проверяют наличие документов, санитарное состояние столовой, анализируют меню, интересуются мнениями учащихся).

5. Организация логопедической и психологической помощи первоклассникам. *б. Использование в учебном процессе здоровьесберегающих образовательных технологий с целью вхождения ребенка в образовательное поле школы без потерь для здоровья, достижения положительного результата без излишнего напряжения и переутомления.*

Стиль общения учителя с первоклассниками учитывает особенности поведения детей, связанные с их умением общаться со взрослыми и сверстниками. Среди первоклассников есть дети,

испытывающие разного рода трудности общения в коллективе: гипербобщительные дети; дети, боящиеся классно-урочной обстановки; стесняющиеся отвечать и поэтому производящие впечатление ничего не знающих или не слушающих учителя. И те и другие требуют различных форм доброжелательной и терпеливой работы учителя. Не допускается авторитарный стиль общения учителя с первоклассниками. Для первоклассника существенно важно доброе, позитивное отношение к нему учителя, которое не должно зависеть от реальных успехов ребенка.

Не только первоклассники, но и все учащиеся нашей школы занимаются в режиме безотметочного обучения, что способствует снижению уровня невротизации, позволяет избежать стрессовых ситуаций.

#### **IV. ОРГАНИЗАЦИЯ УЧЕБНО-ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ В АДАПТАЦИОННЫЙ ПЕРИОД**

1. Вводный курс «Введение в школьную жизнь» (20 часов) позволяет развести во времени решение двух сложнейших педагогических задач: ввести ребенка в новую систему отношений и ввести первоклассников в новые учебные предметы.

Вводный курс предусматривает освоение детьми организационных навыков и умений для учебы в школе. После того как освоены основные правила работы в классе, первоклассники способны полностью сосредоточиться на освоении учебного содержания.

##### ***Цели курса «Введение в школьную жизнь»:***

- обеспечение психологической адаптации детей;
- знакомство с основными школьными правилами;
- привитие навыков индивидуальной, парной и коллективной работы;
- обучение элементарным приемам обратной связи;
- знакомство с системой школьного оценивания;
- развитие внимания, памяти, мышления, воображения;
- организация классного коллектива.

Содержание вводного курса строится на доступном практически всем первоклассникам дошкольном материале игры, рисования, конструирования, элементарного экспериментирования.

***Педагогами школы используются следующие программы:***

1. Цукерман Г. А., Поливанова К.Н. «Введение в школьную жизнь». - М., 1992.
2. Кушнир Н.Я., Мажимук Н.М. «Введение в школьную жизнь». - Минск, 1995.
3. Гин СИ., Прокопенко И.Е. «Первые дни в школе». - М., 2002.

2. Специфика организации уроков по отдельным предметам в адаптационный период.

Среди психолого-педагогических мер, направленных на облегчение адаптации детей к школе, важное место принадлежит уменьшению учебной нагрузки на первом этапе обучения.

**Организация уроков математики.** Начальный период адаптации совпадает с проведением подготовительной работы к восприятию понятий числа, отношения, величины, действий с числами и др. (так называемый дочисповой период).

Наряду с расширением математического кругозора и опыта детей, формированием их коммуникативных умений и воспитанием личностных качеств, специальное внимание уделяется развитию математической речи детей, их общелогическому развитию.

В зависимости от характера заданий дети могут на уроке вставать из-за парты, свободно перемещаться, подходить к столу учителя, к полкам, игрушкам, книгам и т.д. Большое место на занятиях математикой отводится дидактическим играм, при проведении которых детям разрешается двигаться, обеспечивая смену видов деятельности на уроке. Для развития пространственных представлений у первоклассников используются разнообразные дидактические материалы (строительные наборы, конструкторы и пр.).

Один урок математики каждую неделю в адаптационный период рекомендуется проводить на воздухе.

**Организация уроков окружающего мира.** Адаптационный период совпадает по времени с сезоном года, когда имеются благоприятные возможности для проведения экскурсий и целевых прогулок, в ходе которых происходит непосредственное знакомство детей с окружающим миром, обеспечивается накопление чувственного опыта,

реальных ярких впечатлений, которые очень важны для успешного познания окружающего. Но замена всех уроков окружающего мира прогулками и экскурсиями нецелесообразна, поскольку может значительно снизиться их эффективность. Проведенные наблюдения осмысливаются, обобщаются, встраиваются в формирующуюся систему представлений о мире, а это возможно именно на уроке.

Экскурсии и целевые прогулки определены образовательной программой, по которой обучаются школьники.

**Организация уроков музыки.** Основой изучения закономерностей музыкального искусства детьми являются простейшие музыкальные жанры - песня, танец, марш, их интонационно-образные особенности. В связи с этим учебная деятельность первоклассников на уроках музыки включает в себя ярко выраженные игровые моменты.

***Учителем используются следующие образно-игровые приемы:***

- пластическое интонирование;
- музыкально-ритмические движения;
- свободное дирижирование;
- игра на элементарных музыкальных инструментах;
- разыгрывание и инсценировки стихов и музыки и др.

Эти приемы позволяют сделать процесс освоения музыки как искусства увлекательным, интересным, насыщенным разнообразными формами деятельности учащихся, что устраняет двигательную пассивность и перегрузки детей в первые месяцы их обучения.

**Организация уроков изобразительного искусства.** В период адаптации к новым для ребенка условиям школьного обучения художественным занятиям принадлежит особая роль.

Художественная деятельность ребенка предполагает особую установку учителя на творческое сотрудничество, на доверительность отношений. Поэтому сама атмосфера и цели художественных занятий предполагают свободные игровые формы общения.

Художественные занятия в период адаптации имеют различные формы: прогулки и экскурсии в парк или лес с целью развития навыков восприятия, эстетического любования и наблюдательности, а также сбора природных материалов для художественных дальнейших занятий; экскурсия в школьный музей (уголок школьного музея - народного декоративно-прикладного искусства); игры.

Чтобы ребенок понял и создал художественный образ, ему надо в него воплотиться, изобразить его через движения своего тела. Это создает разнообразие форм деятельности и полноту впечатлений на уроках изо, способствуя снятию напряжения.

**Организация уроков трудового обучения.** Основные направления работы на первых уроках труда включают в себя расширение сенсорного опыта детей, развитие моторики рук, формирование познавательных процессов (восприятия, внимания, памяти, мышления, воображения), координации движений, формирование первоначальных приемов работы с ручными инструментами и пр.

**Организация уроков физической культуры** в течение первых двух месяцев направлена, в первую очередь, на развитие и совершенствование движений детей. По возможности уроки проводятся на свежем воздухе. На уроках используются различные игры и игровые ситуации.

Так же как и другие уроки, часть уроков труда проводится в форме экскурсий или игр: подготовительная работа к созданию художественного образа проходит на таких экскурсиях, как: «Красота окружающей природы», «Образы родного края», «Сказочные животные», «Птичий базар». Здесь происходит тренировка умения видеть образы в окружающих предметах, которые впоследствии дети будут воплощать в своих работах; сбор природного материала проводится на экскурсии «Природа -художник и скульптор» («Что дарит нам природа?»), которая включает в себя игры-соревнования: «Собери листочки одинаковой формы», «Кто больше придумает образов, которые можно сделать из шишки», «Из каких природных материалов можно

сделать фигурки лисички», «Кого напоминает эта веточка"?", «Найди листочки, напоминающие по форме перо птицы» и т.д.; уроки-конкурсы с использованием изготовленных поделок (театрализованный конкурс «Озвучь тот персонаж, который ты изобразил», урок-игра «Бумажная авиация» и т.д.); экскурсии в Школу искусств пос. Че-ремухово; работа на пришкольном участке (при наличии инвентаря соответствующего возрасту ребенка); посадка зеленых насаждений в «Аллею первоклассника» и т.д.

### 3. Особенности организации урока в 1-м классе.

Учитывая особенности первоклассников, урок строится иначе, чем в следующих классах начальной школы. В уроке представляем два структурных элемента: оргмомент и основную часть.

Оргмомент используем для обучения детей умениям организовывать рабочее место (достать учебник, разложить кассу букв, расположить на парте правильно и удобно тетрадь и т.п.). Здесь требуется терпеливая, длительная работа, в основе которой лежит пошаговая инструкция учителя, подробно объясняющая, что и как делать (используется прием проговаривания последовательности действий).

Основная часть урока - «дробная» т.е. состоит из нескольких взаимосвязанных, но различных видов деятельности. Особое внимание уделяется использованию игр как структурной части урока. Необходимо использовать в качестве дидактических игр не только игры с правилами, которые способствуют формированию новой ведущей деятельности - учебной, но и ролевые игры, способствующие развитию творческих способностей, основа которых - воображение.

Домашние задания в первом классе не задаются (Письмо МО РФ «Об организации обучения в первом классе четырехлетней начальной школы» от 25.09.2000 г. № 2021/11-13.)

#### 4. Контроль и оценка результатов обучения.

Контроль и оценка результатов обучения в 1-х классах осуществляется в соответствии с Письмом МО РФ «Об организации обучения в первом классе четырехлетней начальной школы» от 25.09.2000 г. № 2021/11-13: исключается система балльного (отметочного) оценивания. Оценочная деятельность педагогов направлена на то, чтобы стимулировать учебно-познавательную деятельность первоклассников. У каждого учителя имеется «копилка» контрольно-оценочных приемов и средств, среди которых распространены такие, как линейка Рубинштейна-Дембо, листы индивидуальных достижений и т.д. Таким образом, работа по оцениванию учебных достижений первоклассников ведется в следующем направлении: заложить основы оценочной самостоятельности учащихся.

В течение первого полугодия первого года обучения контрольные работы не проводятся.

Итоговые контрольные работы проводятся в конце учебного года не позднее 20-25 апреля. Обучающиеся первого класса на второй год не оставляются.

#### 5. Индивидуальная работа с первоклассниками.

В процессе обучения важно учитывать индивидуальные особенности ребенка. Нам хорошо известно, какими разными бывают дети, пришедшие в первый класс. Часть первоклассников имеет несформированность школьно-значимых функций:

многие быстро утомляются, с трудом организуют свою деятельность без внешнего контроля. Разные приходят ребята и по уровню интеллектуального, речевого, нравственно-волевого развития. Формы индивидуальной дифференцированной работы в первом классе:

- задания разной степени трудности;
- специально подобранные общеразвивающие упражнения на развитие мышления, речи, воображения, внимания, памяти и пр., занимающие не большую по времени часть урока. При этом по возможности дети объединяются в пары, группы, чтобы коллективно решить ту или иную логическую или творческую задачу;
- предлагаемый детям на уроке дополнительный материал, который создает благоприятный интеллектуальный и эмоциональный фон обучения.

Не требуется от каждого ребенка запоминания дополнительного содержания, т.к. оно больше служит для поддержания интереса детей, чем увеличения их информированности.

## **V, ОРГАНИЗАЦИЯ ВНЕУЧЕБНОЙ ЖИЗНИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ**

Внеучебная деятельность первоклассников организуется в соответствии с интересами и желаниями детей и их родителей.

1. Организация групп продленного дня.

2. Общешкольные и классные мероприятия во внеурочное время с целью приобщения первоклассников к школьным традициям. Выполнение требования соответствия содержания и форм воспитательной работы возрастным особенностям первоклассников. Воспитание в процессе игры (сюжетно-ролевые, игры-драматизации, спортивные и т.д.) как прием воспитания. Детские праздники. Экскурсии. Выставки детского творчества. Концерты для родителей.

## **V1 ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО СООБЩЕСТВА**

Работа методических объединений периода детства по обеспечению преемственности в развитии детей.

1. Малые педсоветы педагогов, работающих в 1-х классах.

## 2. Взаимодействие с родителями первоклассников:

- изучение условий жизни ребенка в семье, собеседование с родителями накануне учебного года;
- ежедневные контакты с родителями во время прихода и ухода ребенка из школы; оборудование «Уголка для родителей» в школе; коллективные и индивидуальные консультации для родителей; родительские собрания;
- совместная деятельность педагогов и родителей по организации жизни первоклассников в школе.

4. Психолого-педагогический консилиум - это одно из направлений работы психолога и педагогов во время адаптационного периода. В задачу консилиума входит выявление причин отклонений в поведении и обучении детей, затрудняющих их социально-психологическую адаптацию. ППК вырабатываются рекомендации отдельным учащимся для педагогов (в т.ч. учителей-предметников), родителей.

## **VII. ИЗУЧЕНИЕ ГОТОВНОСТИ К ШКОЛЬНОМУ ОБУЧЕНИЮ И СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ В ШКОЛЕ**

Исследования специалистов показали, что социально-психологическая адаптация детей к школе проходит по-разному. Большинство детей (56%) адаптируются в течение первых двух месяцев обучения (6-8 недель), вторая группа (30%) имеет более длительный период адаптации, третья группа (14%) - дети, у которых период начала обучения в школе связан со значительными трудностями.

***На течение адаптации первоклассников оказывают влияние различные факторы. К числу наиболее благоприятных факторов относят следующие:***

- адекватную самооценку своего положения ребенком;
- правильные методы воспитания в семье;
- отсутствие в семье конфликтных ситуаций;
- благоприятный статус в группе сверстников и т.д.

**К числу неблагоприятных факторов, влияющих на адаптацию к школе, относят следующие:**

- неправильные методы воспитания в семье;
- функциональную неготовность к обучению в школе;
- неудовлетворенность в общении со взрослыми;
- неадекватное осознание своего положения в группе сверстников и т.д.

Определение уровня готовности детей к школьному обучению помогает осуществлять дифференцированный и индивидуальный подход к учащимся в процессе всего периода обучения.

При определении уровня готовности детей к школьному обучению ориентиром служит карта-характеристика, в которой заложены 4 уровня готовности к обучению по следующим параметрам:

### **Приложение №1**

#### **Карта-характеристика готовности ребенка к началу школьного обучения**

(по Овчаровой Р.В.)

##### **1. Психологическая и социальная готовность к школе:**

- а) желание учиться в школе;
- б) учебная мотивация;
- в) умение общаться, адекватно вести себя и реагировать на ситуацию;
- г) организованность поведения.

##### **2. Развитие школьно-значимых психофизиологических функций:**

- а) фонематический слух, артикуляционный аппарат;
- б) мелкие мышцы руки;
- в) пространственная ориентация, координация движений, телесная ловкость;
- г) координация в системе «глаз - рука»;

д) объем зрительного восприятия (по количеству выделенных объектов в картинках-нелепицах, картинках с множеством контуров).

### **3. Развитие познавательной деятельности:**

а) кругозор;

б) развитие речи;

в) развитие познавательной активности, самостоятельности;

г) сформированность интеллектуальных умений (анализа, сравнения, обобщения, установления закономерностей);

д) произвольность деятельности;

е) контроль деятельности;

ж) темп деятельности.

### **4. Состояние здоровья.**

Педагогами используется и другой подход к определению готовности детей к обучению в школе. В основе его лежит принцип достаточного минимума: оцениваются только те психические свойства (качества) ребенка, без знания которых невозможно определить степень его готовности к школьному старту, а следовательно, и наиболее благоприятный для него маршрут обучения. **Таковыми показателями являются:**

- способность ребенка к умственной активности (инициативность и настойчивость в умственной деятельности);
- способность к саморегуляции учебной деятельности (осознание цели, умение планировать действия по достижению целей, контролировать результаты, ориентироваться на образец);
- способность удерживать в памяти небольшие порции информации, указания педагога, необходимые для выполнения задания (кратковременная память);
- способность осуществлять элементарные умозаключения, рассуждать;

- словарное развитие и способность фонематического восприятия (слуха).

Личностноориентированное обучение предполагает, прежде всего, активизацию внутренних стимулов учения. Такой внутренней побудительной силой является мотивация учения. По изменениям этого параметра можно судить об уровне школьной адаптации ребенка, степени овладения учебной деятельностью и об удовлетворенности его.

***Мы используем следующие способы изучения течения адаптации первоклассников к школьному обучению:***

- рисунки на тему «Что мне нравится в школе»; анкетирование;
- шкала для определения эмоционального профиля первоклассников при адаптации к школе (определяется в конце каждой четверти педагогами и мед.работником) и тестирование умственной работоспособности первоклассников, всего классного коллектива в начале и конце учебных занятий (в качестве корректурного теста используется таблица Анфимова) с целью выделения учащихся, заканчивающих школьные занятия с сильным и выраженным утомлением («группа риска»), с целью снижения и профилактики нарушений нервно-психического здоровья у первоклассников. Школьная дезадаптация - это образование неадекватных механизмов приспособления ребенка к школе в форме нарушений учебы и поведения, конфликтных отношений; психогенных заболеваний и реакций, повышенного уровня тревожности, искажений в личностном развитии (по Овчаровой Р.В.).

Педколлектив школы на протяжении многих лет изучал проблему школьной дезадаптации младших школьников. Работа педагогов по преодолению той или иной формы дезадаптации направлена прежде всего на устранение причин, ее вызывающих. В своей работе используем следующую памятку.

***Приложение №2***

**Проявление школьной дезадаптации у младших школьников**

<b>Форма дезадаптации</b>	<b>Причины</b>	<b>Коррекционные мероприятия</b>
Неприспособленность к предметной стороне учебной деятельности	Недостаточное интеллектуальное и психомоторное развитие ребенка, отсутствие помощи и внимания со стороны родителей и учителей	Специальные беседы с ребенком, в ходе которых надо установить причины нарушений учебных навыков и дать рекомендации родителям
Неспособность произвольно управлять своим поведением	Неправильное воспитание в семье (отсутствие внешних норм, ограничений)	Работа с семьей; анализ собственного поведения учителем с целью предотвратить возможное неправильное поведение
Неспособность принять темп школьной жизни (чаще встречается у соматически ослабленных детей, детей с задержками развития, слабым типом нервной системы)	Неправильное воспитание в семье или игнорирование взрослыми индивидуальных особенностей детей	Работа с семьей, определение оптимального режима нагрузки ученика
Школьный невроз, или «фобия школы», - неумение разрешить противоречие между семейными и школьными «мы»	Ребенок не может выйти за границы семейной общности - семья не выпускает его (чаще это у детей, родители которых бессознательно используют их для решения своих проблем)	Необходимо подключение школьного психолога - семейная терапия или групповые занятия для детей в сочетании с групповыми занятиями для их родителей

По результатам исследований проводится психолого-педагогический консилиум (ППК). Это одно из направлений работы психолога, логопеда и учителей во время адаптационного периода. Консилиум проводится по каждому классу и готовится председателем ППК с участием психолога, логопеда, учителей, работающих в классе.

В задачу консилиума входит выявление причин отклонений в поведении и обучении детей, затрудняющих их социально-

психологическую адаптацию. Здесь же вырабатываются рекомендации отдельным учащимся для учителей (в т.ч. предметников), родителей.

### **Приложение №3**

#### ***Перечень основных нормативно-правовых документов, регулирующих образовательный процесс в первых классах:***

1. Концепция непрерывного образования (дошкольное и начальное звено) // Начальная школа, 2000, № 29.
2. О сроках обучения в начальной школе. Письмо от 26.06.1997 г. № 818/14-12.
3. О нарушении при приеме детей в первые классы общеобразовательных учреждений. Письмо МОПО РФ от 19.06.1998 г. № 06-51-138 ин/14-06.
4. Об организации обучения в первом классе четырехлетней начальной школы. Письмо МО РФ от 25.09.2000 г. № 2021/11-13 //Завуч начальной школы, 2001, № 1. - С. 56-65.
5. Рекомендации по организации обучения первоклассников в адаптационный период (дополнение к письму от 25.09.2000).
5. О подготовке детей к школе. Письмо МОПО РФ от 22.07.1997 г. № 990/14-15.
6. Методические рекомендации по проведению эксперимента по совершенствованию структуры и содержания образования (1-й класс четырехлетней начальной школы) // Завуч начальной школы, 2002, № 5. - С. 5-18.

**Сопровождение социально-психологической адаптации первоклассников к школе как одно из эффективных условий ее протекания**

**Адаптированность** – уровень фактического приспособления человека, его социального статуса и самоощущения, удовлетворенности или неудовлетворенности собой и своей жизнью.

В современной образовательной практике, наряду с формированием знаний и умений, в число приоритетных, включены цели, связанные с общим личностным развитием и сохранением психологического здоровья учащихся. Существенное значение в их достижении имеет психолого-педагогическое сопровождение обучаемых.

Пристальное внимание к школьной адаптации вызвано тем, что, являясь динамическим процессом прогрессивной перестройки функциональных систем организма, она обеспечивает возрастное развитие. Механизмы же приспособления, возникшие в процессе адаптации, вновь и вновь актуализируясь и используясь в сходных ситуациях, закрепляются в структуре личности и становятся подструктурами ее характера.

Согласно М.М. Безруких, процесс адаптации ребенка к школе можно разделить на несколько этапов, каждый из которых имеет свои особенности.

**Первый этап** – ориентировочный, характеризующийся бурной реакцией и значительным напряжением практически всех систем организма. Длится две-три недели.

**Второй этап** – неустойчивое приспособление, когда организм ищет и находит какие-то оптимальные варианты реакций на эти воздействия. На втором этапе затраты снижается, бурная реакция начинает затихать.

**Третий этап** – период относительно устойчивого приспособления, когда организм находит наиболее подходящие варианты реагирования на нагрузку, требующие меньшего напряжения всех систем. Возможности детского организма далеко не безграничны, а длительное напряжение и связанное с ним переутомление могут стоить организму ребенка здоровья.

Выделяются группы детей, дающих легкую адаптацию, средней тяжести и тяжелую.

При легкой адаптации состояние напряженности организма компенсируется в течение первой четверти. При адаптации средней тяжести нарушения самочувствия и здоровья более выражены и могут наблюдаться в течение первого полугодия, что можно считать закономерной реакцией организма на изменившиеся условия жизни. У части детей адаптация к школе проходит тяжело. При этом значительные нарушения в состоянии здоровья нарастают от начала к концу учебного года, и это свидетельствует о непосильности учебных нагрузок и режима обучения для организма данного первоклассника.

Критериями благополучной адаптации детей к школе М.М. Безруких предлагает считать благоприятную динамику работоспособности и ее улучшение на протяжении первого полугодия, отсутствие выраженных неблагоприятных изменений показателей здоровья и хорошее усвоение учебной программы. Индикатором трудности процесса адаптации к школе, как правило, являются изменения в поведении детей.

**Первая группа** детей адаптируется к школе в течение первых двух месяцев обучения. Эти дети относительно быстро вливаются в коллектив, осваиваются в школе, приобретают новых друзей в классе; у них почти всегда хорошее настроение, они доброжелательны, добросовестно и без видимого напряжения выполняют все требования учителя. Иногда у них отмечаются сложности либо в контактах с детьми, либо в отношениях с учителем, так как им еще трудно выполнять все требования правил поведения. Но к концу октября происходит освоение и с новым статусом ученика, и с новыми требованиями, и с новым режимом. Это **легкая** форма адаптации.

**Вторая группа** детей имеет длительный период адаптации, период несоответствия их поведения требованиям школы затягивается: дети не могут принять ситуацию обучения, общения с учителем, детьми. Как правило, эти дети испытывают трудности в усвоении учебной программы. Лишь к концу первого полугодия реакции этих детей становятся адекватными школьным требованиям. Это форма **средней** тяжести адаптация.

**Третья группа** – дети, у которых социально-психологическая адаптация связана со значительными трудностями; кроме того, они не усваивают учебную программу, у них отмечаются негативные формы поведения, резкое проявление отрицательных эмоций. Именно на таких детей чаще всего жалуются учителя, родители. Это **тяжелая** форма адаптации. Постоянные неуспехи в учебе, отсутствие контакта с учителем создают отчуждение и отрицательное отношение сверстников. Среди этих детей могут быть те, кто нуждается в специальном лечении – ученики с нарушениями психоневрологической сферы, но могут быть и ученики, не готовые к обучению. Если вовремя не разобраться в причинах плохого поведения, не скорректировать затруднения адаптации, то все вместе может привести к срыву, дальнейшей задержке в развитии и неблагоприятно отразиться на состоянии здоровья ребенка. Так или иначе, плохое поведение – сигнал тревоги, повод внимательнее посмотреть на ученика и вместе с родителями разобраться в причинах трудности адаптации к школе.

В логике системно-ориентационного подхода сопровождение – это взаимодействие сопровождающего и сопровождаемого, направленное на разрешение жизненных проблем развития сопровождаемого наиболее эффективным методом. Таким методом в современной практике образования можно назвать новый компонент – психолого-педагогическую поддержку в процессе сопровождения. Ее основные принципы: согласие ребенка на помощь и поддержку, опора на наличные силы и потенциальные возможности личности; ориентация на способность ребенка самостоятельно преодолевать трудности; сотрудничество, содействие; доброжелательность; безопасность, защита здоровья, прав, человеческого достоинства; рефлексивно-аналитический подход к процессу и результату. Целью психолого-педагогической поддержки является устранение препятствий, мешающих самостоятельному продвижению ребенка в образовании.

### **Система психолого-педагогической работы по сопровождению адаптации первоклассников к школе**

	Работа с документами	Работа с детьми	Работа с педагогами	Работа с родителями
Выпуск из ДОУ	Изучение представлений дошкольных психологов. Протоколы диагностики. Журнал консультаций.	Диагностика: определение уровня актуального развития, прогноз школьных трудностей.	Консультации и малые педсоветы с психологами и педагогами ДОУ.	Консультации и по результатам диагностики. Родительское собрание “Скоро в школу” Тестирование “Готов ли ваш малыш к школе?” Анкетирование. Рекомендации и консультаций у специалистов

				в (логопед, невролог)
I четверть	<p>Изучение медицинских документов, составление справки о состоянии здоровья детей.</p> <p>Анализ анкет.</p> <p>Сбор анамнеза.</p> <p>Учет посещения занятий и динамики поведения детей.</p> <p>Журнал консультаций.</p>	<p>Организация занятий по программе сопровождения адаптации (со 2 недели сентября).</p> <p>Динамическое наблюдение в разных видах деятельности</p>	<p>Консультации в режиме динамического наблюдения.</p> <p>Предварительное подведение итогов протекания адаптации в конце четверти</p>	<p>Родительское собрание “Хорошо ли вашему ребенку в школе?”</p> <p>Консультации по протеканию адаптации, рекомендации и консультаций детского невролога</p>
II четверть	<p>Учет посещения занятий и динамики поведения детей.</p> <p>Журнал консультаций</p>	<p>Занятия по программе сопровождения адаптации.</p> <p>Динамическое наблюдение в разных видах деятельности</p>	<p>Консультации в режиме динамического наблюдения.</p> <p>Предварительное подведение итогов протекания адаптации в конце полугодия</p>	<p>Консультации по протеканию адаптации, рекомендации и консультаций детского невролога</p>
III четверть	<p>Анализ результатов</p>	<p>Коррекционн о-</p>	<p>Консультации в режиме</p>	<p>Родительское собрание</p>

ть	<p>протекания адаптации.</p> <p>Учет посещения занятий и динамики детей.</p> <p>Журнал консультаций</p>	<p>развивающие занятия с детьми с тяжелой формой адаптации.</p> <p>Динамическое наблюдение в разных видах деятельности</p>	динамического наблюдения.	<p>“Адаптация к школе – радости и трудности”.</p> <p>Тест “Адаптировался ли ваш ребенок к школе?”</p> <p>Консультации по протеканию адаптации в тяжелой форме, рекомендации и обязательных консультаций детского невролога</p>
IV четверть	<p>Анализ результатов динамики развития.</p> <p>Протоколы диагностики.</p> <p>Оформление представлений на ПМПК.</p> <p>Журнал консультаций.</p>	<p>Диагностика: определение уровня актуального развития у учащихся с тяжелой формой адаптации и не справляющихся с учебной программой для представления на ПМПК</p>	Подготовка представления на ПМПК	<p>Консультации по результатам диагностики и подготовка родителей к обследованию ребенка на ПМПК.</p>

**Программа сопровождения адаптации первоклассников к школе  
“Умелые первоклашки”**

Начало школьной жизни – серьезное испытание для большинства детей, приходящих в первый класс, связанное с резким изменением всего образа жизни. Они должны привыкнуть к коллективу, к новым требованиям, к повседневным обязанностям.

Начало обучения в школе совпадает с интенсивным психическим развитием. Идет формирование познавательной деятельности, развиваются различные виды памяти, словесно-логическое мышление. Высокая эмоциональность способствует преобладанию произвольных реакций. Но ученики уже могут сознательно управлять своим поведением, подчиняться необходимым требованиям – развивается произвольность. Поддержка мотивации идет через развитие любознательности. Недоразвитие мелкой моторики рук не позволяет некоторым детям достаточно успешно овладевать основами красивого письма. Поэтому важно уделять внимание развитию мелких мышц в разных видах деятельности. В младшем школьном возрасте у детей активно происходит формирование внутреннего плана действий, начинает развиваться способность к рефлексии.

Как правило, ребята стремятся стать школьниками: они идут в школу с большим интересом и готовностью выполнять учебные задания. Но для многих из них школьные требования слишком трудны, а распорядок слишком строг. Для этих детей период адаптации к школе может быть травмирующим.

Основной целью программы является помощь детям в адаптации к школе, что подразумевает, в частности, развитие саморегуляции детей, предупреждение и снижение тревожности, а также помощь учителю в создании условий, способствующих интенсивному развитию познавательных возможностей и коммуникативных способностей первоклассников.

Занятия строятся в доступной и интересной форме. Используются методы: техники и приемы саморегуляции, рисуночные методы, метод направленного воображения, игры.

Общие рекомендации по проведению занятий:

Занятия входят в систему сопровождения адаптации первоклассников к школе, поэтому в ходе их проведения проходят консультации с учителем на протяжении всего учебного года, встречи с родителями детей индивидуально и на родительских собраниях.

Часть занятий носит двойственный характер: они содержат не только развивающие, коррекционные упражнения, но и диагностические задания.

Программа рассчитана на работу в группе из 10-14 человек, поэтому класс рекомендуется делить на подгруппы и проводить занятия одновременно с уроком ритмики или обучения письму.

Для занятий каждый ребенок должен иметь тетрадь в клетку, альбом, цветные карандаши.

Продолжительность занятия 30 – 40 минут.

Оптимальная периодичность встреч – 1-2 раза в неделю.

Важно создать доброжелательную обстановку в классе, чтобы каждый чувствовал себя уверенно и не боялся сделать ошибку.

Необходимое обеспечение: магнитофон, кассеты со спокойной нейтральной инструментальной музыкой.

### ***1 занятие “Ромашка”***

***Ход занятия:*** “Ромашка”

“На что похоже?”

Расскажи стихи руками

Рисование

“Цветик-многоцветик”

### ***2 занятие “Путешествие по воде”***

***Ход занятия:*** Ассоциации

“Графический диктант”

Игра “Морская фигура”

Штриховка

Составление рассказа

Настроение

### ***3 занятие “Школа”***

***Ход занятия:*** Ассоциации

Рисование

Расскажи стихи руками

“Лабиринты”  
Настроение

#### **4 занятие “Животные”**

**Ход занятия:** “Что изменилось?”

“Кто лишний?”  
Штриховка  
Физкультминутка “Зайка”  
“Назови одним словом”  
“Кто больше назовет”  
Настроение

#### **5 занятие “Космонавт”**

**Ход занятия:** Ассоциации

“Летающая тарелка”  
“Графический диктант”  
Физкультминутка “Полет в космос”  
Работа со словарем  
Дорисовывание  
Составление рассказа  
Настроение

#### **6 занятие “Если бы ...”**

**Ход занятия:** “Что изменилось?”

“Представь себе”  
Расскажи стихи руками  
Рисование  
Настроение

#### **7 занятие “Съедобное – несъедобное”**

**Ход занятия:** “Отгадайте, что это?”

Штриховка  
Игра с мячом “Съедобное – несъедобное”  
Кроссворд “У самовара”  
Настроение

#### **8 занятие “В зимнем лесу”**

**Ход занятия:** “Отгадайте, чьи следы?”

Ассоциации “Это все в лесу”  
Дорисовывание “Волшебный лес”  
Игра “Не разбуди медведя”  
Кроссворд “В лесу”  
Настроение

### **9 занятие “Встреча в лесу”**

**Ход занятия:** Ассоциации

Пиктограммы  
“Графический диктант”  
Составление рассказа  
Пиктограммы  
Настроение

### **10 занятие “Животные”**

**Ход занятия:** “Доскажи словечко”

“Живая азбука”  
Расскажи стихи руками “Снегопад”  
Настроение

### **11 занятие “Мечты”**

**Ход занятия:** Беседа

“Незаконченные предложения”  
Рисование  
Чтение рассказа В. Голякина “Как я встречал Новый год”  
Настроение

### **12 занятие “Путешествие”**

**Ход занятия:** “Загадки”

Станция “Графическая”  
Станция “Пещерная”  
Станция “Буквенная”  
Станция “Цирковая”  
Настроение