

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра начального языкового и литературного образования

**ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ  
ПРОБЛЕМЫ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К ШКОЛЕ**

АВТОРЕФЕРАТ  
ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ  
БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студента 4 курса 418 группы  
направления 44.03.01 Педагогическое образование  
профиля «Начальное образование»  
факультета психолого-педагогического и специального образования

**ЛОМОВЦЕВА КРИСТИНА АЛЕКСАНДРОВНА**

Научный руководитель  
канд. псих.наук, доцент \_\_\_\_\_

А.А Голованова.

Зав. кафедрой  
доктор филол.наук, профессор \_\_\_\_\_

Л.И.Черемисинова

Саратов 2019

## ВВЕДЕНИЕ

*Актуальность* выбранной мною темы обуславливается тем, что одной из наиболее важных проблем начальной ступени образования: сложной для педагогов и чувствительной для родителей, является проблема адаптации детей к школе. Известно, что в основе любого адаптивного цикла лежит эволюционно обусловленная программа приспособления, которая реализуется в той или иной форме активности и является одним из ведущих гомеостатических факторов.

При поступлении в школу от благополучия адаптационного периода зависит успешность дальнейшей социальной деятельности ребенка. Школьная дезадаптация приводит к разрушению межличностных отношений, снижению учебной мотивации, развитию невротических состояний, а также формированию девиантных форм поведения. Следует отметить и тот факт, что неблагоприятное прохождение адаптации свидетельствует о снижении функциональных резервов организма и перенапряжении регуляторных систем, что сопровождается возникновением соматических заболеваний.

В соответствии с требованиями ФГОС начального общего образования среди личностных результатов освоения основной образовательной программы заявлены овладение начальными навыками адаптации в динамично развивающемся и изменяющемся мире; принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях.

Таким образом, анализ теории, практики и стратегических документов в области образования Российской Федерации свидетельствует об актуальности проблемы адаптации первоклассников к условиям школьного

обучения, а также проблемы использования для этого наиболее эффективных способов педагогической деятельности.

**Цель выпускной квалификационной работы заключалась в** изучении особенности адаптации первоклассников к школе и определении эффективных психолого-педагогических условий их подготовки.

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

**Предмет исследования:** особенности социально-психологической адаптации первоклассников

**Гипотеза исследования была основана на предположении о том, что:** психолого-педагогическое сопровождение первоклассников в адаптационный период, включающее комплекс мероприятий, направленных на развитие у обучающихся школьной мотивации, снижения школьной тревожности и на снятие эмоционального напряжения, будет эффективной, так как позволит нивелировать основные причины возникновения школьной дезадаптации первоклассников.

Нами были поставлены следующие **задачи исследования:**

1. Изучить понятие и сущность адаптации;
2. Рассмотреть психолого-педагогические особенности первоклассников;
3. Определить социально – психологические факторы успешной адаптации первоклассников;
4. Диагностировать уровень адаптированности первоклассников к школе;
5. Разработать комплекс мер по содействию адаптации первоклассников к школе;
6. Провести сравнительный анализ и обобщение результатов опытно-экспериментальной работы по содействию адаптации первоклассников к школе.

Выпускная квалификационная работа **состоит** из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников и приложений.

## ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

В первом разделе выпускной квалификационной работы «Теоретические основы психолого-педагогической проблемы адаптации первоклассников к школе» нами изучено понятие и сущность адаптации, рассмотрены психолого-педагогические особенности первоклассников и определены социально – психологические факторы их успешной адаптации.

В работе широко проанализированы труды многих ученых, которые занимались проблемой адаптации детей (А.А. Налчаджян, И.К. Кряжева, Ф.Б. Березин, М.Р. Битянова, Д.Ю. Соловьева и других). На основании анализа исследований, было выяснено, что в психологической литературе понятие адаптации интерпретируется с акцентом на индивидуальные, личностные качества и структуру личности в целом, на специфику взаимодействия личности и социальной среды, на реализацию усвоенных ценностей и личностного потенциала, на активность личности. В ряде работ понятие адаптации личности рассматривается через призму соотношения с понятием социализации и развития личности. При этом одни авторы считают, что процесс адаптации постоянен, другие полагают, что личность «начинает осуществлять адаптивные процессы в тех случаях, когда оказывается в проблемных ситуациях (а не только при переживании конфликтных ситуаций)» [46, с. 25].

Отмечается, что одной из сфер социальной адаптации первоклассника выступает его адаптация к школьной жизни. Школьная адаптация – это приспособление ребенка к нормам поведения, первичному учебному классу и взаимоотношениям в новом коллективе, а также включение младшего школьника в систему взаимоотношений класса с его нормами жизни, традициями, ценностными ориентациями, которые происходят в процессе школьной адаптации [12, с. 48].

Было выяснено, что на успешную адаптацию младших школьников влияют такие факторы, как:

- индивидуально-психологические и возрастные особенности ребенка;
- психическое и физическое здоровье;
- уровень готовности к школе (мотивация учения, интеллект, желание учиться, умение адекватно вести себя и общаться, организовывать свою деятельность и поведение, уровень познавательной и умственной активности);

– особенности школьной ситуации и возраст начала систематического обучения, отношения с одноклассниками и учителями, микроклимат в семье, а также основные параметры психического развития и его личностные качества [13, с. 87].

Анализируя всевозможные характеристики термина «адаптация», можно сделать вывод, что в широком смысле слова адаптация первоклассников к школе – это благоприятное взаимодействие личности с окружающей его средой, людьми и факторами, а также положительное взаимодействие, которое связано с конкретными характеристиками окружающей его социальной среды. Это верное познание ценностей и норм группы, в которой ребенок находится впервые.

В рамках первого раздела были рассмотрены психолого-педагогические особенности первоклассников. Так, выяснено, что первоклассник – это такой период онтогенеза, когда чувства и эмоции преобладают над всеми другими сторонами жизни ребенка, придавая им специфическую выразительность и окраску. Дети шести–семи лет отличаются мобильностью и интенсивностью эмоциональных реакций, быстрой сменой настроения и непосредственностью в проявлении своих чувств. Однако к концу семилетнего возраста эмоциональная сфера ребенка все же изменяется – чувства становятся более разумными, осознанными, обобщенными, произвольными и внеситуативными; наступает период формирования высших чувств – нравственности, интеллекта, эстетичности, которые у детей нередко становятся мотивом поведения.

Сделан вывод о том, что младший школьный возраст является достаточно значимым периодом жизни, поскольку в это время закладываются основы поведения и характера, проявляется стремление занять определенный социальный статус в обществе, а также темперамент [22, с. 32]. Приобретая новые навыки и качества, первоклассники в разных жизненных обстоятельствах учатся действовать самостоятельно, благодаря чему на их плечи ложится личная ответственность за свои поступки и действия. Все это приводит к тому, что у ребенка повышается уровень интеллектуального развития и меняется мировосприятие.

Также был изучен термин «социально-психологической адаптации», под которым следует понимать многосторонний процесс перестройки деятельности и поведения ребенка в новых условиях. Он включает в себя формирование способов поведения и средств, которые направлены на эффективное взаимодействие с новой социальной средой и овладение учебной деятельностью.

Выяснено, что в психологии и педагогике принято факторы, способствующие школьной адаптации детей, разделять на три уровня: высокий, средний и низкий:

1. высокий уровень адаптации подразумевает под собой положительное отношение первоклассника к школе и предъявляемым в ней требованиям, адекватное восприятие учебного и программного материала, решение школьником усложненных задач, внимательность и проявление к самостоятельной учебной работе большого интереса;

2. средний уровень адаптации также подразумевает под собой положительное отношение первоклассника к школе, посещение которой не вызывает отрицательных переживаний, полноценное понимание учебного материала и усвоение содержания учебных программ. Дети со средним уровнем адаптации сосредоточены и внимательны при выполнении заданий, которые поручают взрослые или учителя, такие первоклассники общительны и дружелюбны;

3. низкий уровень адаптации подразумевает под собой отрицательное отношение первоклассника к школе, у них доминирует подавленное настроение и нередко бывают жалобы на нездоровье. Младшие школьники с низким уровнем адаптации не дисциплинированы, материал, который объясняет учитель, усваивают фрагментарно, их самостоятельная работа с учебником затруднена. Дети с данным уровнем требуют постоянного контроля, помощи учителей и родителей.

Помимо этого, отмечается, что принято выделять три группы младших школьников, которые склонны к легкой, средней или тяжелой адаптации. В период легкой адаптации в течение первой четверти состояние напряженности организма компенсируется [23, с. 45]. При адаптации средней тяжести нарушения здоровья и самочувствия более выражены и могут наблюдаться в течение первого полугодия, что можно считать на изменившиеся условия жизни закономерной реакцией организма. Существует и та часть первоклассников, которая относится к тяжелой степени адаптации. У таких детей наблюдаются значительные нарушения состояния здоровья, учебные нагрузки и режима обучения для организма данного ребенка непосильны.

Особенным фактором, влияющим на успешность адаптации, является возраст начала систематического обучения. В практике встречаются случаи, когда дети в возрасте шести лет имеют в основном наиболее длительный период адаптации, чем первоклассники в семилетнем возрасте. Для первоклассников характерно высокое напряжение всех систем организма, а также неустойчивая работоспособность. Так, А.Г. Хрипкова отмечает, что год, который отделяет шестилетнего от семилетнего ребенка, очень важен для его функционального (психофизиологического), физического и психического развития.

Во втором разделе выпускной квалификационной работы «Опытно-экспериментальное исследование особенностей адаптации первоклассников к школе» была проведена диагностика адаптированности первоклассников к

школе, разработан комплекс мер по содействию адаптации первоклассников к школе, а также проведен сравнительный анализ и обобщение результатов опытно-экспериментальной работы.

В рамках второго раздела нами описана опытно-экспериментальная работа, которая ранее была проведена с младшими школьниками на базе МОУ «Гимназии № 31» г. Саратова. В исследовании принимали участие две группы детей: 1) экспериментальная группа - 20 учащихся 1 «А» класса, из них 13 девочек и 7 мальчиков; 2) контрольная группа – 22 учащихся 1 «Б» класса, из них 12 девочек и 10 мальчиков. Всего в эксперименте приняли участие 42 ребенка.

Цель опытно-экспериментальной работы заключалась в том, чтобы разработать и апробировать программу психолого-педагогического сопровождения первоклассников в адаптационный период. Эксперимент включал в себя три этапа: констатирующий, формирующий и контрольный.

На этапе констатирующего эксперимента с помощью подобранных методик (таблица 1) был выявлен уровень тревожности, социальной и психологической адаптации, мотивации учебной деятельности и сформированности позиций школьников. Затем на формирующем этапе была апробирована программа психолого-педагогического сопровождения первоклассников в адаптационный период. На заключительном этапе проведена проверка эффективности программы психолого-педагогического сопровождения первоклассников в адаптационный период.

Таблица 1. Методики определения уровня адаптации  
первоклассников к школе

| <b>№</b> | <b>Составляющие адаптации</b> | <b>Показатели</b>   | <b>Диагностические методики</b>                                      |
|----------|-------------------------------|---|--|
| 1        | Организационная адаптация     | Сформированность позиции школьника; принятие ребенком школьных правил | Опрос учащихся с использованием методики изучения школьной мотивации |
| 2        | Учебно-                       | Наличие потребности в   |  |

|   |                           |   |  |
|---|---------------------------|---|--|
|   | мотивационная адаптация   | знаниях, уровень успеваемости   | Н.Г. Лускановой                                      |
| 3 | Психологическая адаптация | Эмоциональное состояние ребенка в школе   | Цветовой тест отношений Люшера                       |
| 4 | Социальная адаптация      | Формирование адекватного поведения, установление контактов с учителем и учащимися | Опрос классного руководителя учащихся первого класса |

Проанализировав полученные сравнительные результаты первичной диагностики, нами был сделан вывод, о том, что из 42 человек 30% учащихся имеют высокий уровень адаптации, следовательно, 12 учеников; 57,5% учащихся средний уровень адаптации, следовательно, 24 первоклассника; и 12,5% - низкий, следовательно, 6 человек. На основании результатов проведения трех методик, нами было выяснено, что общий эмоциональный фон детей двух групп положительный. Большинство ребят имеют хорошее настроение, положительные эмоции, у них не наблюдается преобладание отрицательных эмоций и неприятных переживаний. Несмотря на положительное отношение большинства детей к школе, имеются некоторые дети с явными признаками дезадаптации. Поэтому данные констатирующего этапа обуславливали необходимость разработки специального комплекса мероприятий по содействию адаптации первоклассников МОУ «Гимназии № 31» г. Саратова.

Для этого был разработан, а в последствии описан комплекс тематических 9 занятий, каждое из которых имело следующую структуру: информационный этап (освоение соответствующих умений и знаний); практический этап (применение умений и знаний на практике); рефлексивный этап (анализ полученного опыта, возможности его применения в реальных жизненных ситуациях). На занятиях использовались следующие формы работы с учащимися: индивидуальная, групповая и фронтальная. Также было проведено одно вводное родительское собрание (таблица 2).

Таблица 2. Тематический план психолого-педагогической работы по сопровождению первоклассников к школе в период адаптации

| <b>№ п/п</b> | <b>Тема</b>                         | <b>Основные цели и задачи</b>  | <b>Форма проведения занятия, методы</b>   |
|--------------|-------------------------------------|--|---|
| 1            | «Правила школьной жизни»            | 1. Знакомство первоклассников друг с другом и правилами поведения в школе. Создание условий для дальнейшего знакомства детей друг с другом и взаимодействия между собой.<br>2. Создание доброжелательной атмосферы в классе. | Беседа с учащимися  |
| 2            | «Школьные тропинки»                 | Познакомить детей с основными помещениями школы  | Квест-игра  |
| 3            | «Хорошо ли вашему ребенку в школе?» | 1. Выявление количества учащихся, которые имеют проблемы в период адаптации<br>2. Консультации по протеканию адаптации, рекомендации консультаций специалистов.  | 1. Родительское собрание.<br>2. Анкетирование «Мой ребенок в школе и дома».   |
| 4            | «Школьник и дошкольник»             | 1. Помощь в осознании детьми своего нового статуса школьника.<br>2. Формирование у детей реалистичных представлений о правах и обязанностях школьника и дошкольника.<br>3. Закрепление знаний о правилах поведения в школе   | 1. Тематическая беседа<br>2. Игра «Море волнуется раз...»<br>3. Игра «Урок и перемена»<br>4. Задание «Что в портфеле»             |
| 5            | «Для чего ходят в школу»            | 1. Помощь в осознании детьми статуса школьника.<br>2. Продолжение формирования у детей реалистичных представлений о правах и обязанностях школьника.<br>3. Формирование учебной  | 1. Тематическая беседа<br>2. Внеурочное мероприятие на тему: «Самый лучший первоклассник»<br>3. Упражнение «Для чего дети ходят в |

|   |                          |  |   |
|---|--------------------------|--|---|
|   |                          | мотивации.<br>4. Продолжение формирования навыков учебного сотрудничества.   | школу»  |
| 6 | «Чему учат в школе»      | 1. Способствовать развитию познавательной активности учащихся.<br>2. Способствовать обогащению знаний детей о школе.   | Беседа, викторина   |
| 7 | «Ура! Я школьник!»       | Содействовать формированию у учащихся представления о своей новой роли, о новых условиях жизнедеятельности в школе   | Беседа, игра, викторина, театрализованное представление.  |
| 8 | «Оценка»                 | 1. Помощь в формировании реалистичного восприятия школьной оценки.<br>2. Поддержание в детях желания учиться, преодолевать неудачи.<br>3. Формирование у детей навыка позитивного оценивания результатов своей деятельности с помощью приёма «зато»;<br>4. Продолжение формирования навыков учебного сотрудничества.   | 1. Тематическая беседа<br>2. Поучительные игры<br>3. Внеклассное мероприятие на тему: «Первые оценки» |
| 9 | «Учимся работать дружно» | 1. Познакомить учащихся с навыками учебного сотрудничества.<br>2. Способствовать организации взаимодействия между учащимися, создать предпосылки для формирования навыков учебного сотрудничества.<br>3. Помочь детям в осознании и принятии правил школьной жизни и себя в роли ученика.<br>4. Формировать у детей отношения друг к другу как к партнерам в учебном | 1. Игра<br>2. Тематическая беседа<br>3. Интеллектуальные упражнения                                   |

|    |  |  |                         |
|----|--|--|-------------------------|
|    |  | сотрудничестве.  |                         |
| 10 | Заключительное занятие «Первоклассное путешествие» | Закрепление позитивного эмоционального отношения к школе и обучению. | Внеурочное мероприятие. |

Разработанный комплекс мероприятий был направлен на получение первоклассниками новых знания о школе, распорядке дня и правилах поведения в школе, так как данные знания необходимы, для того чтобы помогать ребенку быстрее вжиться в новую для него роль школьника. Формирующий эксперимент носил следующие ожидаемые конечные результаты: обретение учащимися учебной мотивации; соблюдение и знание общепринятых норм поведения в школе; установление контакта со сверстниками и с учителем.

Для определения эффективности проделанной работы нами был проведен контрольный этап, в результате которого сделан вывод о том, что комплекс реализуемых мероприятий является эффективным, так как число детей с высоким уровнем школьной мотивации увеличилось, дети заинтересованы самим процессом получения знаний, и большинство учащихся поменяли свое негативное отношение к школе.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведя теоретический и практический анализ проблемы адаптации первоклассников к школе, мы пришли к нескольким выводам:

Во-первых, нами было изучено понятие и сущность адаптации. Так, исследовав теоретическую базу по данной проблеме, нам удалось сделать следующий вывод: школьная адаптация – это приспособление ребенка к первичному учебному коллективу (классу), взаимоотношений в новом коллективе и нормам поведения. Выяснилось, что в процессе школьной адаптации происходит включение ребенка в систему взаимоотношений класса с его нормами жизни, традициями и ценностными ориентациями.

Во-вторых, рассмотрены психолого-педагогические особенности первоклассников. Так, выяснилось, что младший школьный возраст является наиболее ответственным этапом школьного детства и достаточно значимым периодом жизни, поскольку в это время закладываются основы поведения и характера, проявляется темперамент, а также стремление занять определенный социальный статус в обществе.

В-третьих, нами были определены социально-психологические факторы успешной адаптации первоклассников, к которым следует относить: коммуникабельные способности детей, владение необходимыми навыками общения, в отношениях с окружающими способность определять для себя оптимальную позицию.

В соответствии с целью и задачами выпускной квалификационной работы было проведено исследование особенностей адаптации первоклассников к школе.

Так, на констатирующем этапе эксперимента нами с помощью трех методик был продиагностирован уровень адаптированности первоклассников к школе. В результате проведения первой методики Н.Г. Лускановой, мы пришли к выводу, что 15% учащихся 1 класса «А» имеют очень низкую школьную мотивацию, 25% – низкий, 15% учащихся - хороший уровень

школьной мотивации и только 1 ребенок выявлен с высоким уровнем. Эта же методика была проведена среди учащихся 1 «Б» класса, результаты следующие: 12% учащихся имеют высокий уровень школьной мотивации, 17% учащихся – имеют хорошую школьную мотивацию, низкий уровень обнаружен у 30% и 8% вообще негативно относятся к школе.

В результате проведения второй методики – цветового теста Люшера, мы пришли к выводу, что в экспериментальной и контрольной группе: 28% учащихся первых классов имеют положительный эмоциональный фон, у 48% учащихся эмоциональный фон характеризуется доминированием хорошего настроения, у 17% - наблюдается преобладание отрицательных эмоций. Для 55% учащихся характерно отсутствие переутомления, у 40% учащихся наблюдается состояние компенсируемой усталости, 5% из класса показали состояние перевозбуждения, компенсирующее усталость. В целом положительное отношение к школе отмечается у 70% учащихся.

В результате проведения третьей методики – опроса классных руководителей, выяснено, что у 1 «А» высоким уровнем адаптации обладают 30% из класса; средний уровень адаптации наблюдается у 55%; школьная дезадаптация по мнению педагога присутствует у 15%. У 1 «Б» результаты практически одинаковые: высоким уровнем адаптации обладают 30%; средний уровень адаптации наблюдается у 60%; школьная дезадаптация по мнению педагога присутствует у 10%.

Анализ школьной мотивации позволил сделать вывод, что большинство детей имеют положительное отношение к школе, однако школа привлекает их внеучебной деятельностью. В процессе исследования выявлены дети с низкой школьной мотивацией и негативным отношением к школе, а также школьной дезадаптацией. Общий эмоциональный фон детей положительный. Большее количество детей не переутомляются, у них наблюдается положительное отношение к школе. Вместе с тем имеются дети с явными признаками дезадаптации.

Затем на формирующем этапе эксперимента нами был разработан комплекс мер по содействию адаптации первоклассников к школе. Так, целью комплекса мероприятий было содействие формированию дружеских отношений в классе, развитию уверенности в себе и своих учебных возможностях, обеспечении чувства психологической защищенности, предупреждении неблагоприятных факторов, влияющих на психическое здоровье детей через проведение комплекса мероприятий.

На этапе контрольного эксперимента был реализован комплекс методов для оценки эффективности нашей программы. Для этого был применен тот же диагностический инструментарий, что и на этапе констатирующего эксперимента. Так, нами был проведен сравнительный анализ и обобщение результатов опытно-экспериментальной работы по содействию адаптации первоклассников к школе, который позволил сделать следующий вывод. Комплекс реализуемых мероприятий является эффективным, так как число детей с высоким уровнем школьной мотивации увеличилось, дети стали интересоваться самим процессом получения знаний, и большинство учащихся поменяли свое негативное отношение к школе.

Таким образом, цель и гипотеза исследования достигнута, а задачи решены.