

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

Кафедра педагогической психологии и психодиагностики

**Социально-психологическая адаптация первоклассников  
к школьному обучению**

АВТОРЕФЕРАТ  
ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ  
БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

Студентки 4 курса 432 группы  
направления 44.03.02 Психолого-педагогическое образование  
профиля «Психология и социальная педагогика»  
факультета психолого-педагогического и специального образования

**Кондратьевой Полины Валерьевны**

Научный руководитель

канд. педагог. наук, доцент

\_\_\_\_\_

подпись

дата

Т.В. Хуторянская

Зав. кафедрой

доктор психол.наук, профессор

\_\_\_\_\_

подпись

дата

М.В. Григорьева

Саратов 2024

## **ВВЕДЕНИЕ**

Независимо от того, когда ребенок пошел в школу, изменяется социальный статус бывшего малыша, появляется новая социальная роль «ученик». С этого момента у ребёнка зарождается социальное «Я».

Психическая адаптация является процессом, который помогает личности достичь оптимального соответствия с окружающей средой во время выполнения ее характерной деятельности.

Второй аспект психической адаптации связан с социальной средой. Человек должен научиться взаимодействовать с другими людьми, приспособливаться к различным социальным ситуациям и правилам поведения.

Третий аспект психической адаптации связан с внутренним миром человека. Человек должен научиться управлять своими эмоциями, строить позитивное мышление, развивать личностные качества и навыки, которые помогут ему успешно адаптироваться к изменяющейся среде.

Актуальность исследования. Данная тема актуальна для изучения, так как социальная адаптация первоклассника к школе является важной темой, так как для ребёнка этот этап - ситуации неопределённости, вызывающая страх и волнение. С этого момента многие желания ребёнка будут сталкиваться с его обязательствами. Задача психолога и учителей в том, что помочь ребёнку найти своё место, воспитать человека, отвечающего за свои поступки. Успешная адаптация первоклассника ведёт его к успешному обучению.

Исходя из этого, проблема изучения адаптации первоклассников определила выбор темы исследования.

Объект исследования - процесс социальной адаптации детей младшего школьного возраста к обучению в школе.

Предмет исследования - социально-психологическая адаптация первоклассников к школьному обучению.

Гипотеза исследования: реализация разработанной экспериментальной программы позволяет повысить степень адаптации у детей младшего школьного возраста.

Цель исследования: выявить эффективные приёмы, способствующие успешной адаптации первоклассников к обучению в школе.

Задачи исследования:

- изучить и проанализировать психолого - педагогическую методическую литературу по теме исследования.

- определить степень адаптации первоклассников к школьному обучению.

- разработать экспериментальную программу по повышению степени адаптации у детей младшего школьного возраста.

- проследить динамику изменения степени адаптации у первоклассников в процессе реализации разработанной программы.

Методы исследования:

Теоретические: Анализ научной литературы по проблеме исследования.

Эмпирические:

Анкета «Определение социально-психологической адаптации ребенка к школе» Э.М. Александровская, Н. Г. Лусканова (Приложение А).

Опросник для учителя по адаптации первоклассников (Л.М. Ковалёва) (Приложение А).

Анкета для родителей «Адаптация ребенка к школе» (Битянова М.Р.) (Приложение А).

В качестве методов математической статистики использовался U-критерия Манна-Уитни для оценки различий между экспериментальной и контрольной группами.

Практическая значимость исследования. Практическая значимость исследования состоит в возможности использования составленной и проверенной нами коррекционно-развивающей психологической программы по адаптации первоклассников к школьному обучению.

База исследования: респонденты МОУ «СОШ с. Питерка Питерского района Саратовской области» (n=63), возраст 6,5 -7 лет. Экспериментальная группа - учащиеся 1 - х классов (n = 31), контрольная группа - учащиеся 1-х классов (n=32).

Структура выпускной квалификационной работы. Работа общим объемом 143 страниц состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников, включающего 29 работ и приложения.

## КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

**Первая глава «Теоретические аспекты изучения школьной адаптации первоклассников»** позволила провести теоретическое исследование выбранной проблемы.

### *1. Понятие «адаптация» и её виды*

В зависимости от контекста, адаптация может рассматриваться с разных точек зрения и в различных сферах, включая биологию и социологию.

1. Сергей Степанов представляет социальную адаптацию, как процесс активного адаптирования к требованиям социума через освоение и осознанное принятие общественных целей, ценностей, правил и образцов поведения, которые являются нормой в данной среде.

Социальная адаптация может быть:

Физиологической, когда организм приспосабливается к изменению физических условий среды.

Психологической, когда организм приспосабливается к изменению социальных условий среды.

Психофизиологической, когда организм приспосабливается к изменению физических и социальных условий среды одновременно.

2. Школьная адаптация - это целый комплекс мер и процессов, направленных на успешное приспособление ребёнка к новой среде.

Когда речь заходит о проблемах, связанных с адаптацией школьников, можно выделить несколько основных аспектов.

Трудности, связанные с новым режимом дня особенно затрагивают детей, которые не посещали детские дошкольные учреждения.

Во-вторых, трудности адаптации к классному коллективу.

Третьим аспектом являются трудности во взаимоотношениях с учителем.

Кроме того, первоклассники также могут испытывать эмоциональное напряжение из-за адаптации к новой среде и социальным взаимодействиям с другими детьми.

И последний аспект связан с изменением домашней ситуации ребенка.

Для того, чтобы создать в школе благоприятные условия для обучения и воспитания необходимо:

- обеспечить соответствие учебной нагрузки возрастным возможностям ребенка;
- создать благоприятный психологический климат в классе;
- обеспечить индивидуальный подход к каждому ребенку.

3. «Социально-психологическая адаптация – это процесс перестройки поведения и деятельности ребенка в новых условиях».

Во-первых, ему необходимо освоить навыки учебной деятельности, такие как чтение, письмо и решение математических задач.

Во-вторых, важно, чтобы ребенок наладил дружеские отношения со своими одноклассниками. Друзья в школе помогут ему адаптироваться к новой среде, поддерживать и мотивировать друг друга.

Третий аспект адаптации связан с установлением доверительных отношений с учителем.

Адаптация ребёнка к новым условиям жизни и деятельности является процессом, который зависит от множества факторов.

Один из таких факторов - возраст ребенка.

Также важным фактором является подготовка к школе, которая может осуществляться как в детском саду, так и в домашних условиях.

Наконец, семейная ситуация также может оказывать влияние на адаптацию ребенка.

## *2. Особенности адаптации ребенка в первом классе*

Психологическая адаптация ребенка в школе связана с его желанием и способностью принять новую роль школьника. Для успешной адаптации необходимо развивать ряд навыков и умений у детей.

Во-первых, важно развивать умение слушать и реагировать на действия учителя.

Во-вторых, ребенку необходимо научиться налаживать контакты с другими детьми и строить отношения с взрослыми.

В-третьих, важно формировать у ребенка умение правильно оценивать свои действия и действия одноклассников.

Процесс адаптации включает несколько аспектов и охватывает все сферы детской психики.

Первый важный аспект, который следует учесть, это личностно-мотивационный фактор. Здесь необходимо обратить внимание на индивидуальные особенности каждого ребенка.

Второй аспект, который следует учесть, является волевым. Важно, чтобы ребенок обладал навыками контроля над своими эмоциями и поведением, а также умел справляться с различными стрессовыми ситуациями.

Третий аспект, который следует учитывать, это учебно-познавательная сфера. В этом контексте речь идет о способностях и навыках ребенка в области обучения и познания мира.

## *3. Психологическая характеристика учащихся в начальной школе*

Во время начальной школы дети активно развиваются в нескольких важных направлениях:

1. Обучение становится главной сферой деятельности ученика в школе.
2. В данном периоде происходит прогрессивное развитие познавательных процессов, включая мышление, речь и память.

3. Школьник формирует навыки произвольного поведения, а также прокачивает свои способности к концентрации внимания и запоминанию информации.

4. Важно отметить развитие эмоционально-волевой сферы личности, поскольку в этом возрасте формируется чувство долга и ответственности.

Независимо от времени, когда ребенок идет в школу, он проходит через этап кризиса 7 лет в развитии.

Он характеризуется следующими особенностями:

Ребёнок начинает осознавать себя как личность, способную к самостоятельным действиям и решениям.

Ребёнок стремится занять новое, более «взрослое» положение в обществе.

Ребёнок начинает испытывать чувство взрослости, самостоятельности, независимости.

**Вторая глава «Экспериментальная работа по адаптации детей к школьному обучению»** включало три этапа: диагностическое обследование учащихся младшего школьного возраста (констатирующий), разработка и реализация экспериментальной программы по повышению степени адаптации первоклассников (формирующий), повторное диагностическое исследование (контрольный). В исследовании приняли участие первоклассники в количестве 63 человек. Из них 32 контрольная и 31 экспериментальная группы. Методиками экспериментального исследования были, опросник для учителя о приспособленности первоклассников (Л.М. Ковалёвой), анкета «Оценка социально-психологической адаптации ребенка в школе» (Э.М. Александровской, Н.Г. Лускановой), а также анкета для родителей «Приспособление ребенка к школе» (М.Р. Битяновой). Математико-статистический анализ с применением  $U$  – критерия Манна – Уитни.

Диагностический этап исследования показал, что в диагностиках наличие трёх степеней адаптации в выборках: успешная, средняя и дезадаптация. Исследование показало отсутствие значительных различий между контрольной и экспериментальной группами.

На основании теоретических и практических исследований разработана экспериментальная программа, основной целью которой было сопровождение социально-психологической адаптации первоклассников к школьному

обучению. Программа включает в себя 10 занятий, распределённых по разделам: «Введение. Знакомство школьника с нормами школьной жизни». «Развитие эмоционально-волевой сферы». «Развитие коммуникативных умений и навыков». «Заключительная часть».

По завершению реализации формирующего этапа исследований проводилась контрольная проверка, направленная на апробацию программы коррекции степени адаптации младших школьников. Полученные данные, качественный и количественный анализ результатов свидетельствовали о том, что контрольная группа первоклассников имеют слабый рост показателей, а у первоклассников экспериментальной группы наблюдался высокий рост степени адаптации к школьному обучению. Обучающиеся успешно адаптировались к новому режиму, к новой роли «ученик», приняли нормы и ценности нового коллектива.

В результате полученных результатов было подтверждено, что программа коррекции по повышению степени адаптации у первоклассников эффективна. Итак, нужно отметить, что реализация экспериментальной программы, позволила повысить степень адаптации младших школьников.

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Актуальная проблема включает в себя адаптацию первоклассников к новой школьной среде. Наш подход основан на учете индивидуальности каждого школьника и необходимости обеспечения социальной адаптации учащихся.

В процессе завершения исследовательской работы были последовательно достигнуты все поставленные ранее цели и задачи.

Осуществлён анализ социально-психологических концепций по проблеме социально-психологической адаптации ребенка к обучению в школе. В результате исследования было выявлено множество проблем, которые возникают у первоклассников в период адаптации к школе, что привело к углубленному изучению психологического развития детей в младшем дошкольном возрасте.

Были определены и систематизированы факторы, оказывающие влияние на процесс адаптации первоклассников. В рамках исследования была разра-

ботана коррекционно-развивающая психологическая программа с целью успешной адаптации первоклассников к школьной учебе. Нами также были подготовлены методические рекомендации для обеспечения успешной адаптации первоклассников к школьной среде.

В ходе нашего исследования мы провели три этапа, которые включали в себя разработку исследования, реализацию мероприятий для решения обнаруженных проблем и проведение контрольного эксперимента.

После проведения методик, мы выявили определенные трудности, с которыми они сталкиваются в начале учебного процесса.

Среди этих проблем мы обнаружили отсутствие мотивации и интереса к учебе, недостаточную сформированность внутренней позиции школьника, увеличенную тревожность, повышенную двигательную активность и другие.

Исследование показало, что для повышения уровня адаптированности детей к школе необходимо проводить работу с тремя основными категориями: детьми, учителями и родителями.

Выводы нашего исследования привели к разработке рекомендаций и предложений для родителей и учителей. Мы предложили варианты решения возникающих проблем в сфере готовности и адаптации детей к школе, что также было одним из наших целей.

В ходе исследования была подтверждена, выдвинутая гипотеза исследования:

Уровень школьной адаптации повысится, если:

- использовать разнообразные методы и приёмы, включающие индивидуальные и групповые формы работы с обучающимися;
- систематически проводить работу с дезадаптированными школьниками;
- работать в тесном сотрудничестве с родителями.

Таким образом, сформированная в начале работы гипотеза подтвердилась, задачи выполнены, цель достигнута.