

**Національний університет «Чернігівський колегіум»
імені Т.Г.Шевченка**

Факультет дошкільної, початкової освіти і мистецтв

Кафедра мов і методики їх викладання

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

освітнього ступеня: «магістр»

на тему

«Психолого-педагогічні умови адаптації першокласників до школи»

Виконала:

студентка II курсу, 61 групи

Спеціальність 013 «Початкова освіта»

Вінніченко Ірина Олексіївна

Науковий керівник:

канд. пед. наук, доцент,

доцент кафедри мов

і методики їх викладання

Кміть Олена Володимирівна

Роботу подано до розгляду «___» _____ 2021 року.

Студентка

(підпис та ініціали)

(прізвище та ініціали)

Науковий керівник

(підпис та ініціали)

(прізвище та ініціали)

Рецензент

(підпис та ініціали)

(прізвище та ініціали)

Кваліфікаційна робота розглянута на засіданні кафедри
дошкільної та початкової освіти протокол №___ від
«___» _____ 20__ р.

Студентка допускається до захисту роботи в екзаменаційній
комісії.

Зав. кафедри _____
(підпис)

Ірина Мірошник
(прізвище та ініціали)

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1.	
ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМИ АДАПТАЦІЇ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ	
1.1. Поняття адаптації дітей до навчання у психолого-педагогічній літературі.....	8
1.2. Особливості адаптації першокласників.....	18
Висновки до розділу 1.....	25
РОЗДІЛ 2.	
ДІАГНОСТИКА АДАПТАЦІЇ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ДО НАВЧАННЯ	
2.1. Організація роботи та методи дослідження рівня адаптації дітей до школи.....	27
2.2. Діагностування у першокласників рівнів шкільної адаптації до навчання	35
Висновки до розділу 2.....	45
РОЗДІЛ 3.	
ДОСЛІДНИЦЬКО-ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА РОБОТА З ОПТИМІЗАЦІЇ ПРОЦЕСУ АДАПТАЦІЇ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ДО НАВЧАННЯ	
3.1. Організація психолого-педагогічного супроводу дітей на етапі адаптації до школи.....	47
3.2. Оцінка ефективності програми соціально-психологічного супроводу та узагальнення результатів дослідження	71
Висновки до розділу 3.....	76
ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ.....	77
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	83
ДОДАТКИ.....	91

ВСТУП

Актуальність дослідження. У міру прискорення суспільного розвитку прискорюється і інтенсивність адаптаційних процесів в суспільстві в цілому. Це призводить до того, що процеси соціальної адаптації в еволюційному світі, який розвивається, стають практично безперервними, і вміння адаптуватися до змін набуває важливого значення. Готовність до змін стає однією з головних умов життєвого успіху людини. У результаті в сучасному суспільстві значно підвищується роль цілеспрямованої діяльності держави, роль освіти і прикладної науки в здійсненні процесів адаптації. Відповідно до Державного освітнього стандарту початкової загальної освіти для успішної адаптації першокласника класовод повинен забезпечити індивідуальний підхід до кожного учня. Таким чином, дослідження проблеми адаптації першокласника до навчання є найважливішим теоретико-методологічним завданням сучасної психолого-педагогічної науки.

Процес адаптації - найважливіший момент становлення учня як суб'єкта навчальної діяльності. По-перше, тому, що в ході адаптації до шкільного навчання дитина отримує орієнтацію в системі поведінки, що надовго визначає подальшу долю її розвитку. По-друге, під час цього процесу формується учнівський колектив з певним рівнем соціально-психологічної згуртованості. Взаємини в класі виступають потужним засобом залучення особистості дитини до нових соціальних функцій, культури, норм поведінки. Найважливішим є те, що процес звикання до шкільного життя і його умов є складним. Одні діти проходять цей процес легко без психічних травм, а інші досить складно, внаслідок чого і виникає проблема «шкільної дезадаптації».

Мета даної роботи: теоретично обґрунтувати та апробувати програму психолого-педагогічного супроводу адаптації першокласників до навчання в школі.

Відповідно до об'єкта, предмета, мети визначено такі **завдання:**

1. Розглянути поняття адаптації, шкільної адаптації, психолого-педагогічного супроводу в психолого-педагогічній літературі.
2. Схарактеризувати структуру адаптації молодших школярів.
3. Визначити критерії, показники та рівні сформованості адаптації учнів початкової школи.
4. Діагностувати рівні адаптації першокласників.
5. Розкрити зміст програми психолого-педагогічного супроводу процесу адаптації дітей молодшого шкільного віку до навчання і оцінити її ефективність.
6. Визначити основні складові ефективної реалізації програми психолого-педагогічного супроводу процесу адаптації першокласників до навчання.

Об'єкт дослідження: процес адаптації першокласників до шкільного навчання.

Предмет дослідження: програма психолого-педагогічного супроводу першокласників до навчання у школі.

Для вирішення зазначених завдань і перевірки гіпотези в роботі застосовуються такі **методи дослідження:**

- теоретичні методи: описово-аналітичний (аналіз психолого-педагогічної, філософської літератури вітчизняних і зарубіжних авторів);
- емпіричні методи: експериментальний (проведення констатувального та формувального експерименту); статистичний (аналіз отриманих результатів експерименту).

Експериментальна база дослідження. Дослідження проводилося на базі Менського ОЗСО I-III ступенів ім. Т.Г.Шевченка м.Мена (1-А клас, вчитель Руденко С.А., 1-Б клас, вчитель Мухіна Т.В.). було задіяно 48 учнів.

Наукова новизна і теоретична значущість дослідження:

- уточнено сутність понять «адаптація»; «дезадаптація», «шкільна адаптація», «психолого-педагогічний супровід»;
- виявлено та охарактеризовано показники та рівні сформованості адаптації першокласників до навчання в школі;
- обґрунтовано та експериментально перевірено програму психолого-педагогічного супроводу адаптації першокласників до навчання в школі.

Установлено основні складові успішного втілення програми психолого-педагогічного супроводу процесу адаптації першокласників до навчання, які передбачають створення психологічно сприятливого освітнього простору та корекційно-розвивального соціального середовища, що сприятиме здійсненню процесу розвитку особистості та розвиватиме здібності до прояву, використання ресурсів адаптації; умов, які забезпечують нормативний рівень розвитку самоконтролю та саморегуляції, інтелектуальних та предметних умінь та навичок, дотримання норм поведінки під час виконання різних соціальних ролей; здатності фахівців добирати засоби і методи, спрямовані на формування умінь включати дитину у різні творчі види діяльності та комунікації; спонукання батьків до створення комфортних стосунків у сім'ї.

Практичне значення магістерської роботи визначається тим, що теоретичний матеріал і результати дослідно-експериментального дослідження педагогічних умов адаптації першокласників до навчання в школі можуть бути використані у консультативній, психокорекційній діяльності з метою оптимізації і підвищення ефективності процесу адаптації першокласників до навчання. Практична значущість дослідження визначається також можливістю використання його результатів у роботі класоводів, психологів сфери освіти, консультантів психологічних центрів, фахівців, які організують підготовку дітей до школи.

Апробація результатів дослідження здійснювалася під час дослідницької роботи, результати якої доповідались та обговорювались на засіданнях Менського ОЗСО I-III ступенів імені Т. Г. Шевченка.

Публікації підготовлено і опубліковано наукову статтю: «Організація психолого-педагогічного супроводу дітей на етапі адаптації до школи»: Науковий журнал «Наукові перспективи» №4 (4) листопад 2021 (електронний примірник журналу) Київ: Наукові перспективи, 2021. с. 114 – 140.

Структура та обсяг магістерської роботи складається із вступу, трьох розділів, загальних висновків, списку використаної літератури – 80 джерел, додатків -10. Основний зміст викладено на 85 сторінках тексту, що включає 10 таблиць та 1 рисунок.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМИ АДАПТАЦІЇ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

1.1. Поняття адаптації дітей до навчання у школі у психолого-педагогічній літературі

Адаптація першокласників як умова їх всебічного розвитку - актуальне питання вивчення теоретично-практичних соціально-психологічних та педагогічних проблем. Усебічний розвиток та збереження здоров'я дитини, формування її пристосування до швидко мінливих умов реальності забезпечується під час процесу первинної соціалізації, так і у цілеспрямованій системі освіти, де педагогічний колектив стає вагомою ланкою. Проблеми шкільної адаптації розкриті в роботах багатьох радянських учених: Е.Александровської [3], М.Безруких [8], М.Битянової [13], М.Зеленової [40], М.Максимової [57], А.Петровського [66] та ін.

Звернемося до дефінітивного аналізу понять «адаптація», «шкільна адаптація», «соціально-педагогічна адаптація».

У науці існує багато різноманітних підходів до вивчення адаптації, саме тому з'являється необхідність періодичного аналізу її сутності та змісту як категорії психологічної та педагогічної науки, що дозволить зрозуміти сучасний стан дослідження питання, його особливості та визначити шляхи подальшого розвитку. Також заслуговує на увагу проблема занадто широкого тлумачення явища адаптації.

Питання адаптації ще у 1865 році вперше постало у науковому світі. Тоді Г. Ауберт ввів термін «адаптація», який почали використовувати в літературі. Спочатку під адаптацією розуміли зміну чутливості аналізаторів під впливом пристосування органів почуттів до діючих подразників [24, с. 45]. Зазначене свідчить про те, що до зародження наукової психології, питання про актуальність адаптації вивчали провідні фізіологи того часу. І не дивно, що внаслідок майже 150-річної історії дослідження зазначене питання набуло широкого і ґрунтовного вивчення.

Більшість дослідників погоджуються з тим, що адаптація - це досить складний феномен. Так, адаптацію в широкому значенні тлумачать:

- як процес пристосування індивідуальних і особистісних здібностей до життя і діяльності людини в умовах, що змінюються;

- як активну взаємодію особистості й середовища залежно від ступеня її активності;

- як перетворення середовища відповідно до потреб, цінностей та ідеалів особистості, або як переваги залежності особистості від середовища;

- як зміни, які супроводжують на рівні психічної регуляції, становлення (і відновлення), збереження динамічної рівноваги особистості [23; 19; 53].

Але при більш глибокому розгляді проблем адаптації індивіда до навколишнього середовища слід виділяти три функціональних рівня: фізіологічний, психологічний і соціальний [6]. Системний аналіз даної проблеми прийнято вважати більш раціональним і науково обґрунтованим, так як він дає можливість розглянути дане поняття комплексно, при цьому встановивши взаємозв'язок зі схожими явищами і процесами [78, с. 113].

Останні теоретичні дослідження вказують на значну розбіжність у поглядах щодо виділення наукових підходів до феномена адаптації.

Науковці відрізняють такі основні підходи до дослідження адаптації: біофізіологічний, психологічний, інформаційно-комунікативний [10, с. 98].

Згідно з ідеями біолого-фізіологічного підходу адаптація - пристосування і активна підтримка необхідного рівня організму до внутрішніх і зовнішніх змін, що виникають під впливом середовища біологічних, хімічних, екологічних, фізіологічних (температури, атмосферного тиску та ін.) чинників [там само].

Психологічний підхід тлумачить адаптацію як формування індивідуального стилю діяльності, діалектичну єдність діяльнісних і соціально-психологічних відносин суб'єктів адаптації і соціального середовища; входження людини в систему внутрішньогрупових відносин і пристосування до них. Це також і розвиток якостей мислення і поведінки, які

створюють систему цінностей і норм конкретного колективу, здобуття, закріплення і розвиток умінь і навичок міжособистісного спілкування у такому колективі [там само].

Представники інформаційно-комунікативного підходу пов'язують адаптацію зі змінами структури або функції системи і керуючих впливів на основі отриманих даних і поточної інформації з метою досягнення оптимального стану при недостатній апріорній інформації або змінених умовах діяльності [там само].

Вивченню адаптації з позиції фізіологічного підходу присвячено багато наукових робіт, у яких адаптація розуміється «як сукупність фізіологічних реакцій, що є основою пристосування організму до зміни умов навколишнього середовища, при цьому спрямоване на збереження гомеостазу, тобто відносної сталості внутрішнього середовища». Даний підхід розглядає різні аспекти (види, форми, механізми), наприклад, у деяких роботах велика увага приділяється властивостям організму, що забезпечує відповідні реакції на зовнішні подразники. Величезний внесок у розробку поняття «фізіологічна адаптація» внесли Г. Сельє і Ж. Піаже [там само].

Так Г. Сельє у своїй роботі під назвою «Концепції загального адаптаційного синдрому» (1936) виділяє адаптаційний синдром у вигляді сукупності адаптаційних реакцій людського організму, які носять загальнозахисний характер і проявляються у відповідь на тривалі й сильні стресори (несприятливі впливи) [6, с.93].

Існує багато різних підходів до розгляду поняття «психологічна адаптація». Наприклад, її розуміють як результат роботи самокерованої цілісної системи, що підтримує діяльність людського організму на рівні «оперативного спокою», при цьому не тільки забезпечуючи оптимальний захист у відповідь на зміни соціальних і природних чинників, а й цілеспрямовано впливаючи на них [там само].

Б. Березін, який присвятив безліч робіт питанням психічної адаптації, вважав, що її можна визначити як процес встановлення оптимального балансу

між індивідумом і навколишнім середовищем, який при цьому дає можливість вести звичний спосіб життя, задовольняти актуальні потреби, зберігаючи при цьому фізичне і психічне здоров'я [11, с.32].

Поняття адаптації також можна простежити в роботах К. Левіна, у яких під адаптацією розуміють взаємодію навколишнього середовища і людини, зокрема між потребами конкретного індивіда і шляхами, якими середовище їх забезпечує і фруструє. Узагальнюючи ці визначення, можна помітити, що мається на увазі баланс між вимогами особистості й ресурсами навколишнього середовища [там само].

Окрім того не можна не згадати концепцію В. Лебедєва, у якій він дає визначення таким важливим термінам, як «дезадаптація», «стійка адаптація», «переадаптація», «реадаптація». Один з головних ознак адаптації - це плавне, злагоджене і оптимальне протікання усіх регуляторних процесів, які забезпечують рівновагу організму [51, с.44-45].

Дану концепцію В. Лебедєва, безсумнівно, можна віднести до теорій, які розглядають соціально-психологічну адаптацію. Її специфіка полягає в тому, що вона інтегративна, тобто об'єднує в собі три рівня адаптації (фізіологічний, психологічний, соціальний). Сучасні підходи доводять те, що це є цілком правомірним.

Далі в межах соціального підходу розберемо деякі теорії, які, на наш погляд, є найбільш значущими.

Зарубіжні соціологи порівнювали соціальну адаптацію з явищем, пов'язаним з природними пристосувальними процесами. Людина і соціальне середовище постали як дві ізольовані одна від одної субстанції. Що стосується вітчизняних соціологів, то вони брали за основу ідеї історичного і діалектичного матеріалізму. Соціальну адаптацію вони тлумачили не як явище процесу адаптації в біологічному світі, а як незалежну, яка має свій зміст і певну соціальну мету, а конкретніше, досягнення активної, вільної, творчої діяльності індивіда в суспільстві [47, с. 7].

Існує низка робіт, у яких соціальну адаптацію розуміють з позиції суспільних вимог і норм. Прикладом може служити поняття, яке запропонував Е.Дюркгейм. З його точки зору, соціальна адаптація - це внутрішня відповідність моральним нормам суспільства. Взаємозв'язок соціуму і особистості можна простежити у М. Вебера. Він вважає, що соціальна адаптація - це раціональна поведінка людини в суспільстві [там само].

У Т. Парсонса соціальна адаптація - це баланс між потребами конкретної особистості і цінностями соціуму [там само, с.8].

М. Ромм описує соціальну адаптацію як інноваційний за своєю природою процес гармонізації внутрішнього і зовнішнього налаштування особистості, що реалізується за допомогою певних оптимальних стратегій пристосування, що перевіряються в процесі інформаційної взаємодії за допомогою зворотнього інформаційного зв'язку [69, с. 35].

Крім цього М. Ромм описує наступні особливості процесу адаптації:

1. Соціальний безперервний контроль відповідності поведінки людини певним нормам і цінностям соціуму.

2. Процес адаптації - це система соціальної діяльності, яка спрямована на подолання різних бар'єрів, що ускладнюють функціональне пристосування до деякої ситуації [там само, с.38].

У роботах необіхевіористів (Г. Айзенк та ін.) також описаний цікавий погляд на поняття «соціальна адаптація» - це гармонійний стан між індивідом і соціумом або природним середовищем, у якому всі потреби обох сторін задоволені. Відповідно процес соціальної адаптації - це процес, за допомогою якого ця гармонія досягається. Даний погляд цілком можна застосувати до соціально-педагогічної адаптації, так як потреби учня можна порівняти з потребами індивіда [46, с. 24].

Що стосується сучасних підходів, які вивчають проблему адаптації як систему, то можна виділити підхід А. Маклакова, який вважає, що зростання інтересу до проблем соціально-педагогічної адаптації пояснюється зростанням факторів, що впливають на людину [56, с.17]. Саме це викликало

необхідність виникнення поняття, яке інтегрує особливості трьох рівнів адаптації. Даний автор вводить поняття «особистісний адаптаційний потенціал», яке за своїм змістом є універсальним і є показником соціально-психологічної адаптації.

А. Маклаков зазначає, що ймовірність успішної адаптації буде вищою, а діапазон факторів зовнішнього середовища, до яких потрібно пристосовуватися, ширшим, якщо індивід буде володіти досить високим рівнем розвитку соціальних характеристик [там само].

Особистісний адаптаційний потенціал включає в себе три компоненти:

- рівень поведінкової регуляції (здатність особистості регулювати взаємодію з навколишнім середовищем);
- рівень моральної нормативності (сприяє адекватному сприйняттю та оцінюванню своєї соціальної ролі);
- комунікативні навички (відповідає за вміння правильно взаємодіяти і вибудовувати стосунки з іншими учасниками соціуму, що також є важливим) [там само, с.18].

З наведеного вище аналізу характеристик особистісно-адаптаційного потенціалу можна зробити наступний висновок: поняття «соціально-педагогічна адаптація» складається з безлічі соціальних, фізіологічних і психолого-педагогічних компонентів (наприклад, самооцінка, комунікативний потенціал, моральні норми, соціальне схвалення та ін.).

Розглянуті вище підходи поділяють поняття «адаптація» на три рівні (фізичний, психічний і соціальний) і досліджують кожен окремо, сучасні підходи відрізняються тим, що ці рівні вивчаються в системі, де вони взаємопов'язані один з одним.

І тут, на наш погляд, увагу варто приділити концепціям А. Реана, А.Налчаджян та ін., у них простежується аналіз сутності соціальної, соціально-психологічної і соціально-педагогічної адаптації з точки зору системного підходу [58].

Глибоке розуміння проблеми соціально-педагогічної адаптації описано в роботах А. Налчаджян. Автор дає розгорнуте розуміння соціально-психологічної адаптації, що відноситься до соціально-педагогічної адаптації. Виділено види та ознаки даного процесу з використанням поняття «професійна адаптованість» як стану взаємних відносин особистості та групи, у межах яких без внутрішніх і зовнішніх конфліктів особистість успішно реалізує свою діяльність, задовольняє свої потреби і виправдовує соціальну роль, яка їй надана, при цьому відчуваючи стан самоствердження і самовираження своїх здібностей [там само, с. 19].

Також А. Налчаджян розділяє адаптацію на два види: адаптація за допомогою трансформації і усунення проблемних ситуацій; адаптація зі збереженням проблемних ситуацій. Соціально-педагогічна адаптація виділяється як один з аспектів проблеми соціально-психологічної адаптації. Автор наголошує на необхідності дослідження не тільки фізіологічних механізмів і поведінки особистості, а й соціальних процесів, що дозволяє звернути увагу на співвідношення процесу соціально-педагогічної адаптації з феноменом соціалізації особистості [там само, с. 118].

Науковці виділяють певні відмінності в розумінні процесів соціалізації та соціально-педагогічної адаптації. З одного боку, соціально-педагогічна адаптація - це механізм соціалізації, а з іншого - це результат процесу соціалізації в руслі одного з її інститутів, наприклад освітнього закладу [там само, с. 121].

Дуже важливим моментом в розкритті поняття «соціально-педагогічна адаптація» є виділення її критеріїв, на які потрібно спиратися при оцінці успішності цього процесу. Для цього розглянемо модель особистості Б.Паригіна, у якій він зазначає три взаємодоповнюючих рівня (базовий (фізіологічний), проміжний (соціальний) і вищий (психологічний)) і категорії, які фіксують ступінь поширеності певних властивостей психіки [63, с.57]: єдині (загальні) (властиві всім людям); соціально-специфічні (властиві конкретним групам людей або спільнотам); індивідуально неповторні

(властиві конкретній особистості, що характеризують індивідуальні особливості). Взаємодія особистості з соціальним оточенням і активна освітня діяльність є основними проявами соціально-педагогічної адаптації.

Існують також різні підходи до поняття «адаптація до школи» або «шкільна адаптація».

Л.Виготський писав про «вростання нормальної дитини в цивілізацію», яке «представляє зазвичай єдиний сплав з процесами її органічного дозрівання. Обидва плани розвитку - природний і культурний - збігаються і зливаються один з одним» [23, с. 118]. У радянській психології саме культурно-історична теорія Л.Виготського є методологічною підставою розуміння соціально-психологічної адаптації дитини.

К.Абульханова-Славська розглядала адаптацію до школи одночасно і як процес, і як результат, який залежить не тільки від самого предмета адаптації, але й від індивідуально-психологічних особливостей дитини [1].

А.Петровський розумів шкільну адаптацію як момент становлення і розвитку особистості, її потреби в персоналізації, реалізованої в конкретній діяльності, в конкретній соціальній ситуації [66, с. 18].

М.Максимова тлумачить шкільну адаптацію як входження учня в нову для нього життєву ситуацію, у процесі якої змінюється психічний образ середовища (і самого суб'єкта в цьому середовищі), формуються нові мотиви й потреби, нові цілі, формуються особистісні смисли, які адекватні змісту навчальної діяльності [57, с.29].

В. Давиденко [31, с. 26] до шкільної адаптації молодшого школяра включає такі складові: перцепція навколишнього середовища і власного місця у ньому; система адекватної взаємодії з батьками, учителем та однолітками; здатність до навчання та дотримання основних вимог, які пред'являються закладом та сім'єю; постійна позитивна діяльність; затята працездатність за умови нормального функціонування фізіологічних органів та систем.

Дитина, яка вписується в шкільну систему вимог, норм і соціальних відносин, найчастіше і вважається адаптованою. Таке визначення адаптації до

школи пропонують у своїх дослідженнях І.Дубровіна [36], Р.Овчарова [64], Н.Гуткіна [30].

У дослідженнях М.Бітянова [13, с. 31] пропонує два тлумачення поняття «адаптація». Перше розглядає людину як об'єкт пристосування до умов життєдіяльності. Пристосувати дитину до школи - значить підвести учня до розуміння необхідності виконувати навчальні та соціальні вимоги, приймати на себе рольові обов'язки школяра. Природно, що таке пристосування відбувається не тільки на зовнішньому, поведінковому рівні, але і на внутрішньому, особистісному; формуються певні установки, особистісні властивості, що роблять дитину хорошим учнем - слухняним, старанним, неконфліктним.

З іншого боку, М.Бітянова [там само, с. 44], розглядаючи термін «адаптація до школи», підводить до поняття «готовності до розвитку». Адаптувати дитину – це значить пристосувати її до розвитку. Дитина відчуває себе в конкретному шкільному середовищі автором свого життя, у неї сформовані психологічні властивості й уміння, що дозволяють їй відповідати вимогам і нормам, у неї сформована здатність розвиватися в цьому середовищі, реалізувати свої потреби, не вступаючи у суперечності із середовищем.

За О.Саньковою, шкільна адаптація - це складний і тривалий процес пристосування дитини до школи, який йде за декількома напрямками: психофізіологічна адаптація (перебудова організму дитини своїх функцій відповідно до вимог зовнішнього середовища); соціальна адаптація (включення дитини в нову соціальну ситуацію, активне пристосування її до умов соціального середовища); психологічна адаптація (пристосування психічної діяльності, особистості дитини до умов шкільного навчання). Ці види адаптації взаємодіють і можуть проявлятися одночасно [70, с. 10].

У фізіологічній адаптації (М. Безруких та ін.) виділено три основні етапи: орієнтовний, етап нестійкого пристосування, період відносно стійкого пристосування. Тривалість усіх трьох фаз адаптації приблизно 5-6 тижнів,

тобто цей період триває до 10-15 жовтня, а найбільш складними є перша - четверта тижні [там само, с. 10].

Біологічна адаптація багато в чому визначається станом здоров'я дитини, і за її ступенем пристосованості до школи розрізняють групи дітей, які виявляють легку адаптацію, адаптацію середньої важкості й важку (С.Громбах, А.Хріпкова, М.Антропова та ін.) [там само].

Психологічна адаптація тісно пов'язана з психологічною готовністю дитини до навчання (І.Дубровіна, Р.Овчарова, Н.Гуткіна) [там само].

Н.Гуткіна визначає психологічну готовність до школи як «необхідний і достатній рівень розвитку дитини для освоєння шкільної навчальної програми в умовах навчання в колективі однолітків» [30, с. 25].

Р.Овчарова соціально-психологічну адаптацію розглядає з позиції впливу на учня не тільки середовища, а й зворотного: він сам змінює соціально-психологічну ситуацію. Тому адаптуватися доводиться не тільки дитині до класу, до свого місця в школі, до вчителя, а й самим педагогам до нових для них вихованців [64, с. 61].

Аналіз різних концепцій показав, що науковці тлумачать процес адаптації з різних, але взаємодоповнюючих позицій; у найпоширенішому своєму значенні шкільну адаптацію дослідники розуміють як пристосування дитини до нової системи соціальних умов, нових стосунків, вимог, видів діяльності, режиму життєдіяльності.

Шкільна адаптація, на наш погляд, - це безперервний процес інтенсивного пристосування особистості в умовах освітнього середовища, зокрема пристосування до норм, цінностей, нової системи відносин, соціальних умов, нових вимог, видів діяльності, режиму життєдіяльності і т.д., причому, без серйозних внутрішніх втрат, погіршення самопочуття, настрою, самооцінки, здатність до подальшого психологічного, особистісного, соціального розвитку.

1.2. Особливості адаптації першокласників

Адаптація молодших школярів до нових умов може розвиватися за двома різними сценаріями. Учень може або успішно адаптуватися до школи (приймає і усвідомлює свою нову соціальну роль, розуміє вимоги, які пред'являють до нього), або ж не адаптуватися до навчання. У останньому випадку можна говорити про дезадаптацію дитини.

Основними критеріями адаптації є ставлення учня до школи, повнота оволодіння програмним змістом, необхідність контролю, виконання доручень вчителя, інтерес до самостійної роботи, статусне становище в класі та ін. (А.Венгер). Навчання в школі вимагає від дітей мобілізації значних інтелектуальних і фізичних сил. У зв'язку з цим виникають психологічні проблеми і труднощі адаптації, пов'язані, на думку більшості авторів (В.Гроховська, З. Логінова, Е.Александровська, Е.Новикова, Л.Венгер, А.Венгер, А.Дорожевець, Т.Дорожевець), з особливостями процесу навчання, біологічною схильністю, особливостями сімейних відносин, несформованістю навичок навчальної діяльності, індивідуальними особливостями особистості. [74, с. 30].

Пристосування (адаптація) першокласника до школи - це досить тривалий процес, пов'язаний зі значним напруженням усіх систем організму, перш за все, тому, що школа з перших же днів ставить перед учнями цілу низку завдань, не пов'язаних безпосередньо з їх досвідом, вимагає максимальної мобілізації інтелектуальних і фізичних сил [там само].

Аналізуючи процес адаптації першокласників до школи, доцільно виділити ті його форми, знання яких дозволить реалізувати ідеї спадкоємності в роботі вихователя дошкільного закладу та вчителя загальноосвітньої школи.

1. Адаптація організму до інтелектуальних та фізичних навантажень та нових умов життєдіяльності. Рівень адаптації визначається віком учня; його відвідуванням дитячого садка або домашньою підготовкою до школи; сформованістю морфофункціональної системи організму; розвитком

довільної регуляції поведінки та організованості; зміною ситуації в сім'ї [6, с.94].

2. Адаптація до нових суспільних зв'язків та відносин: наявність місця для збереження шкільного приладдя та форми, режим дня, підготовка уроків, підтвердження «дорослості» дитини, надання їй рівності в правах із старшими братами та сестрами, надання самостійності та ін.; ставлення у колективі учнів до дитини, комунікація з однолітками та дорослими, ставлення учня до школи та до самого себе; ставлення у сім'ї до дитини, манера поведінки вчителів та батьків, сімейний мікроклімат, соціальна компетентність школяра та ін. [там само].

3. Адаптація до нових умов пізнавальної діяльності, яка забезпечує актуальність рівня знань, умінь та навичок дитини, який вона отримала або в дошкільному закладі, або вдома; інтелектуальний розвиток; навченість як здатність засвоювати уміння та навички навчальної діяльності, допитливість як основу пізнавальної активності; сформованість творчої уяви; комунікативні здібності (здатність до спілкування з дорослими та однолітками) [там само].

Створення сприятливих умов адаптації дитини до школи з урахуванням особливостей її прояву є найважливішим фактором забезпечення наступності в її розвитку. Від того, як протікає процес адаптації, багато в чому залежить психофізичний стан майбутнього учня. Терміни адаптації першокласників можуть бути різними. Зазвичай стійка пристосованість до школи формується в першому півріччі навчання.

Однак встановлено, що у 20 - 30% шестирічних дітей цей процес не повинен бути завершений протягом першого року навчання [13, с. 77]. Механізми адаптації першокласника до школи мають різноманіття аспектів: фізіологічний, соціальний, психологічний та ін.

Процес фізіологічної адаптації дитини до школи можна розділити на три основних етапи (фази), кожен з яких має свої особливості та характеризується різним ступенем напруги функціональних систем організму [там само, с.81].

Перший етап - орієнтовний, коли у відповідь на весь комплекс нових впливів, пов'язаних з початком систематичного навчання, відповідають бурхливою реакцією і значним напруженням практично всі системи організму. Ця «фізіологічна буря» триває досить довго (два-три тижні) [там само].

Другий етап - нестійке пристосування, коли організм шукає і знаходить якісь оптимальні варіанти реакцій на ці впливи, «буря» починає стихати [там само].

Третій етап - період відносно стійкого пристосування, коли організм знаходить найбільш доцільні варіанти реагування на навантаження, що вимагають меншої напруги всіх систем. Діти далеко не з однаковою успішністю «вживаються» в нові умови життєдіяльності [там само].

З адаптацією пов'язують також відхилення у навчальній діяльності (труднощі в навчанні, конфлікти з однокласниками тощо), які можуть бути у психічно здорових дітей або у дітей з різними нервово-психічними розладами, але не поширюються на дітей, у яких порушення навчальної діяльності викликані олігофренією, органічними розладами, фізичними дефектами [74, с.35].

Вплив несприятливих факторів на адаптацію дитини до школи пов'язаний з таким явищем як соціально-психологічна (шкільна) дезадаптація. Шкільна дезадаптація - це утворення неадекватних механізмів пристосування дитини до школи у формі порушень навчання і поведінки, конфліктних відносин, психогенних захворювань і реакцій, підвищеного рівня тривожності, викривлень в особистісному розвитку [7, с.26]. Під «шкільною дезадаптацією» в найширшому сенсі можна розуміти «невідповідність соціопсихологічного і психофізіологічного статусу дитини вимогам ситуації шкільного навчання, оволодіння якою з низки причин стає складним або, у крайніх випадках неможливим» [22, с.9].

Дезадаптація - складне соціально-психолого-педагогічне явище, яке є результатом порушення адаптаційного механізму соціалізації особистості [там само].

Існують різні форми прояву шкільної дезадаптації: поведінкова (якщо вчинки дитини відрізняються від нормативних вимог школи) і навчальна (якщо процес оволодіння навчальними навичками проходить з ускладненнями) [33, с.52].

У сучасній існуючій системі дефініцій поняття шкільної дезадаптації виступає і як описове, і як діагностичне. У даний час сформувалися такі, що спираються на різні методологічні основи, підходи в розумінні і поясненні такого складного соціально-педагогічного явища, як шкільна дезадаптація [там само].

Перший підхід - медико-біологічний. Згідно з ним шкільна дезадаптація – порушення пристосування особистості школяра до умов навчання в школі, яке виступає як явище розладів у дитини загальної здатності до психічної адаптації в зв'язку з будь-якими патологічними факторами. У цьому контексті шкільна дезадаптація вченими Г. Вайзер [18], К. Лебединською [52] розкривається як явище, через яке проявляє себе патологія розвитку і здоров'я дітей. У такому випадку до групи ризику шкільної дезадаптації автори відносять дітей із затримкою психічного розвитку.

Другий підхід до шкільної дезадаптації - соціально-психологічний. У рамках даного підходу Н. Іовчук [41, с. 91] під шкільною дезадаптацією розуміє багатофакторний процес зниження і порушення здатності дитини до навчання внаслідок невідповідності умов та вимог навчального процесу, соціального середовища та його психофізіологічних можливостей і потреб. Ця концепція відрізняється тим, що переважна увага в аналізі приділяється соціальному та особистісному аспектам відхилень у навчанні. Вона розглядає труднощі шкільного навчання як порушення адекватної взаємодії школи з будь-якою дитиною, а не тільки «носієм» патологічних ознак.

У групі ризику шкільної дезадаптації виявляються діти, які перебувають у важких умовах існування (діти-сироти, які втратили батьківське піклування; діти-жертви насильства, утиску і зневаги; діти з сімей, які відчувають серйозні

соціально-економічні труднощі (сім'ї незаможних, безробітних, біженців, мігрантів)).

Третій підхід до розуміння шкільної дезадаптації - соціально-педагогічний. Шкільна дезадаптація І. Якиманською [79] розглядається як частина соціальної адаптації та представляє собою неадекватний механізм пристосування дитини до школи, що виражається в порушенні навчання і поведінки, конфліктних відносинах, психогенних захворюваннях, підвищеному рівні тривожності, викривленні в особистісному розвитку.

Ознаками дезадаптації можуть бути неуспішність, войовничість, примхи, погана поведінка, енурез, конфліктні стосунки з однолітками і вчителем. Вчені говорять про те, що у дитини може формуватися «психогенне захворювання» і «психогенне формування особистості, що порушує її суб'єктивний і об'єктивний статус у школі та сім'ї і ускладнює освітній процес» [59, с. 484].

На думку Н.Гольцовой, до тих факторів, які були перераховані нами вище і впливають на формування дезадаптації першокласника, слід віднести і авторитарний стиль викладання педагога [26, с.15].

Різними авторами виявлено такі основні чинники, які в більшості випадків призводять до шкільної дезадаптації:

- соціально-психологічна занедбаність; недостатній розвиток довільних компонентів;
- парціальна несформованість окремих ланок вищих психологічних функцій (ВПФ), в тому числі мовлення;
- атипове формування функціональних взаємодій мозку (зокрема, ліворукість і пов'язані з ним проблеми розвитку рухової, пізнавальної та емоційної сфер);
- порушення нейродинамічних характеристик діяльності (нестабільність психічних процесів);
- соматичне ослаблення;

- емоційно-особистісні проблеми, в тому числі комунікативні [9, с. 25-30].

Учені пропонують різноманітні класифікації шкільної дезадаптації. Р.Овчарова виокремлює такі форми шкільної дезадаптації: непристосованість до предметної сторони навчання; неможливість управління власною поведінкою; нездатність прийняття темпу життя у школі; страх школи чи шкільний невроз як несвідоме бажання відчуження, яке виявляється у неприйнятті соціальних норм та правил дитини, яку виховують з несформованим почуттям «ми» [64, с. 61].

О. Новікова [63, с.33] виділяє інші форми шкільної дезадаптації:

- дезадаптація через недостатнє опанування важливими складниками предметної сторони навчання;
- дезадаптація через недостатню довільність поведінки (самоуправління поведінкою);
- дезадаптація через непристосованість до шкільного темпу у зв'язку з слабким та інертним типом нервової системи;
- дезадаптація як наслідок дезінтеграції правил сімейної спільності та оточення школи.

Комплексний підхід до проблеми шкільної дезадаптації дозволяє на основі робіт психологів, педагогів, психіатрів, соціологів глибше побачити складові шкільної дезадаптації, які піддаються корекції педагогічними методами:

- соціально-психологічна дезадаптація - неузгодженість між вимогами шкільного середовища і можливостями учнів їм відповідати;
- психологічна дезадаптація - невідповідність рівня розвитку пізнавальної сфери та здібностей дитини вимогам шкільного навчання;
- навчальна дезадаптація - неуспішність дитини в освоєнні загальноосвітніх програм внаслідок недостатнього розвитку навичок навчальної діяльності. Прояви навчальної дезадаптації виражаються в

труднощах у навчанні, порушеннях дисципліни, слабкому інтересі або його відсутності до вивчення навчальної дисципліни.

Подоланню шкільної дезадаптації учнів сприяє ряд педагогічних умов:

- 1) здійснення оперативної діагностики виявлення стану шкільної дезадаптації по її компонентах;
- 2) складання на основі даних діагностики індивідуальних програм подолання шкільної дезадаптації;
- 3) підвищення професійної компетентності педагогів для подолання дезадаптації учнів шляхом формування необхідних компетенцій [70, с.8].

Таким чином, можна зробити висновок про те, що показники успішної адаптації першокласників до шкільного навчання, можна визначити за такими критеріями як шкільна мотивація, оскільки від неї залежить розвиток пізнавальних інтересів. Першокласнику необхідно довільно керувати своєю поведінкою, пізнавальною діяльністю, що стає можливим при сформованій ієрархічній системі мотивів; шкільна тривожність, особливу увагу вона привертає тому, що виступає найяскравішою ознакою шкільної дезадаптації дитини, негативно впливаючи на всі сфери її життєдіяльності: не тільки на навчання, але і на спілкування, в тому числі й за межами школи, на здоров'я і загальний рівень психологічного благополуччя; рівень саморегуляції першокласника є важливим критерієм, оскільки формується новий тип його діяльності - активна пізнавальна діяльність, коли він не просто цікавиться чимось, а може досліджувати це питання і довести знання до такого рівня, який вимагається для реального здійснення діяльності.

Результати досліджень науковців дають змогу констатувати, що характерним ознаками дезадаптації є порушення поведінки й психосоматичні захворювання, неврози, агресивна поведінка [74, с. 28].

Висновки до розділу 1

Аналіз різних концепцій показав, що автори розглядають процес адаптації з різних, але взаємодоповнюючих позицій.

У найпоширенішому своєму значенні шкільна адаптація розуміється як пристосування дитини до нової системи соціальних умов, нових стосунків, вимог, видів діяльності, режиму життєдіяльності.

За О.Саньковою, шкільна адаптація - це складний і тривалий процес пристосування дитини до школи, який йде за декількома напрямками: психофізіологічна адаптація (перебудова організму дитини своїх функцій відповідно до вимог зовнішнього середовища); соціальна адаптація (включення дитини в нову соціальну ситуацію, активне пристосування її до умов соціального середовища); психологічна адаптація (пристосування психічної діяльності, особистості дитини до умов шкільного навчання). Ці види адаптації взаємодіють і можуть проявлятися одночасно.

Під шкільною адаптацією ми розуміємо не тільки пристосування дитини до успішного функціонування в даному середовищі (пристосування до нової системи відносин, соціальних умов, нових вимог, видів діяльності, режиму життєдіяльності і т.д., причому, без серйозних внутрішніх втрат, погіршення самопочуття, настрою, самооцінки), але і здатність до подальшого психологічного, особистісного, соціального розвитку.

Теоретико-методологічний аналіз підходів до вивчення адаптації першокласників до навчання дав змогу констатувати, що адаптація – це тривалий процес, який передбачає значні напруження усіх систем організму. Показниками труднощів процесу адаптації до навчання визначають поведінкові реакції у дітей, які виявляються у їх депресивних станах, загальмованості, відчутті страху, небажанні йти до школи.

У процесі дослідження з'ясовано, що в даний час сформувалися різні методологічні основи, підходи в розумінні й поясненні такого складного соціально-педагогічного явища, як шкільна дезадаптація.

Ми тлумачимо шкільну дезадаптацію за І. Якиманською (соціально-педагогічний підхід) як частину соціальної адаптації та неадекватний механізм пристосування дитини до школи, що виражається в порушенні нею навчання і поведінки, конфліктних відносинах, психогенних захворюваннях, підвищеному рівні тривожності, викривленні в особистісному розвитку.

На підставі робіт психологів, педагогів, психіатрів, соціологів нами виокремлено складові шкільної дезадаптації, які піддаються корекції педагогічними методами:

- соціально-психологічна дезадаптація - неузгодженість між вимогами шкільного середовища і можливостями учнів їм відповідати;

- психологічна дезадаптація - невідповідність рівня розвитку пізнавальної сфери та здібностей дитини вимогам шкільного навчання;

- навчальна дезадаптація - неуспішність дитини в освоєнні загальноосвітніх програм внаслідок недостатнього розвитку навичок навчальної діяльності.

Виходячи з вищевикладеного, можна стверджувати, що необхідна організація експериментального дослідження адаптації першокласників до школи, що й буде наступним етапом нашої роботи.

РОЗДІЛ 2. ДІАГНОСТИКА АДАПТАЦІЇ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ДО НАВЧАННЯ

2.1. Організація роботи та методи дослідження рівня адаптації дітей до школи

Необхідною умовою проведення дослідно-експериментальної роботи у забезпеченні психолого-педагогічного супроводу першокласників на етапі адаптації до шкільного навчання є виявлення вихідного рівня сформованості адаптації. Дослідження рівня адаптації першокласників складалося з трьох етапів:

1 етап - первинна діагностика адаптації першокласників, яка проводилася упродовж вересня 2021 р.;

2 етап - розробка і реалізація програми психолого-педагогічного супроводу адаптації першокласників (жовтень 2021 р.);

3 етап - проведення контрольного етапу діагностики – листопад 2021 року. Аналіз результатів дослідження.

Основними завданнями дослідження під час констатувального етапу було:

1. Визначення рівня адаптивності учнів до навчання.
2. Виявлення потенційної «групи ризику», тобто дітей, чиє подальше навчання і виховання в школі пов'язане з істотними труднощами.

Програма дослідження включала:

- збір інформації про учня: про умови виховання дитини в сім'ї, рівень освіти батьків, стиль сімейного виховання (статистичні дані);
- діагностика першокласників за допомогою різних методик.

У цьому розділі ми зосередимо увагу на первинній діагностиці адаптації першокласників. Дослідження рівня адаптації першокласників до умов шкільного навчання було проведено в загальноосвітній школі № 1 м. Мена

Чернігівської обл. в 1-Б та 1-А класах. Загальна кількість дітей у кожному класі по 24 особи.

Адаптація до школи, як ми з'ясували у попередньому розділі, - складний процес, що складається з багатьох етапів. Водночас це й багатоаспектний феномен, який потрібно структурувати.

Л.Талдонова у процесі формування адаптації учнів початкової школи виокремлює такі три її види: академічна, яка пов'язана з успішним навчанням дитини та її взаємодією серед однолітків; нормативна, при якій в учня простежується міра співвідношення поведінки з соціальними вимогами та нормами; особистісна, яка характеризує рівень самоідентифікації дитини у певній соціальній групі [74, с. 27].

З урахуванням досліджень учених Л.Талдонова провідними складовими адаптації дітей молодшого шкільного віку до навчання вважає організаційну, навчально-мотиваційну, психологічну і соціальну [там само].

О.Санькова виділяє наступні критерії рівня адаптації:

- успішність навчання; успішність оволодіння практичними навичками, вміннями і знаннями з основних предметів, ставлення до праці:
- положення у структурі міжособистісних стосунків: статус, емоційне самопочуття, товариськість;
- громадська активність: участь у суспільно-корисній діяльності, самостійність, ініціативність [70, с.12].

Е.Александровська пропонує критеріями адаптації ефективність навчальної діяльності, засвоєння шкільних норм поведінки, успішність соціальних контактів, емоційне благополуччя [3].

Т.Дорожевець розробила трикомпонентну модель пристосування дитини до умов шкільного навчання. На її думку, шкільна адаптація буває наступних видів:

1) академічна, яка характеризує ступінь відповідності поведінки дитини нормам шкільного життя (прийняття вимог вчителя і ритму навчальної діяльності, оволодіння правилами поведінки в класі, пізнавальна активність на уроці);

2) соціальна, яка відображає успішність входження дитини в нову соціальну групу у вигляді прийняття її однокласниками, достатня кількість комунікативних зв'язків, уміння вирішувати міжособистісні проблеми і т. д.;

3) особистісна, що характеризує рівень прийняття дитиною себе як представника нової соціальної спільності; виражається у вигляді відповідної самооцінки та рівня домагань, прагнення до самозміни [34, с. 48-52].

Зіставлення та узагальнення даних, отриманих в ході дослідження різних аспектів адаптації до навчання (праці Л.Талдонової [74], Л.Гольцової [26], О.Санькової [70], А.Ліфінцевої [53] та ін.) дозволило установити, що більшість учених основними показниками успішної адаптації дитини до школи вважають її позитивне ставлення до школи, прийняття шкільних норм і правил, сформованість мотивації навчання, гарне емоційне самопочуття дитини, формування адекватної поведінки. Сукупність цих ознак (показників) характеризує ступінь адаптованості дитини в школі, в той час як відхилення у певній сфері свідчать про порушення пристосування до школи і ризик дезадаптації.

З цих позицій визначимо компоненти в адаптації молодшого школяра: організаційний, соціальний, навчально-мотиваційний, психологічний. Структуру адаптації школяра подано на рис.1.

Розглянемо складові шкільної адаптації першокласника, її критерії та показники докладніше.

Організаційний компонент адаптації – це пристосування дитини до нової системи організації життя: до нових вимог, правил, режиму дня, обов'язків, статусу. **Критерій цього складника шкільної адаптації ми називаємо рольовим**, який виражає готовність першокласника до прийняття нової соціальної позиції школяра. Ми вважаємо, що показниками цього

критерію адаптованості можуть виступати: сформованість позиції школяра і прийняття дитиною шкільних правил. Перший означає сформованість позитивного ставлення до школи, навчання, пізнання як до радості відкриття, прагнення до соціально-нормованих форм поведінки, до оволодіння соціально значущими знаннями й уміннями. Другий - це готовність до нових обов'язків, відповідальність перед школою, учителем, класом.

Компоненти	Критерії	Показники
Організаційний	Прийняття нової соціальної ролі - рольовий	Сформованість позиції школяра, прийняття правил
Навчально-мотиваційний	Навчальна мотивація - мотиваційний	Домінування навчальних мотивів
Психологічний	Емоційне самопочуття, тривожність, самооцінка-емоційний	Гарне самопочуття, відсутність дискомфорту, помірна тривожність, адекватна самооцінка
Соціальний	Особливості поведінки – поведінковий	Товариськість, засвоєння шкільних норм поведінки

Рис.1. Структура адаптації дитини до школи

Навчально-мотиваційний складник адаптації передбачає можливість на початку навчання дитини в школі зайняти нову для неї життєву позицію і перейти до виконання суспільно значущої навчальної діяльності. Проте на початку навчання у першокласників ще немає потреби в теоретичних знаннях, а саме ця потреба є психологічною основою формування навчальної діяльності. **Тому критерієм навчально-мотиваційного компонента шкільної адаптації може виступати мотивація навчання, тобто назвемо його мотиваційний.** За зміною даного параметра можна судити про міру оволодіння учнем навчальною діяльністю і про задоволеність дитини нею.

У дослідженні процесу шкільної адаптації важливим є аналіз емоційних проявів. Це пов'язано з тим, що нові вимоги змінюють стан емоційної сфери школяра, викликаючи неспецифічну стресову реакцію організму, аж до виникнення прикордонних нервово-психічних розладів. У зв'язку з цим акцентувати увагу потрібно не лише на успішності та поведінці дитини, а й на

вивчення її емоційної сфери [13]. Саме тому ми виділяємо наступний **психологічний компонент адаптації учня до навчання у школі, який характеризується станом психічного здоров'я першокласників.**

У даному випадку критерієм шкільної адаптації може виступати емоційний стан дитини в школі, тому ми назвали його емоційним. Так, Л.Ясюкова стверджує, що «при вивченні процесу шкільної адаптації важливо знати емоційно-енергетичні особливості дитини і особливо ступінь збалансованості емоційного реагування. При тенденції до домінування негативних емоцій, підвищеній тривожності, появі страхів відбувається фіксація на труднощах і невдачах, активність паралізується, і адаптація сповільнюється» [80, с. 48].

Поки в науці не сформульовані задовільні показники для характеристики психологічного здоров'я, воно оцінюється за відсутністю відхилень в емоційній і поведінковій сферах.

Найбільш інформативним, прогностично значущим і тому частіше використовуваним показником в цьому плані є характеристика рівня тривожності, емоційний стан дитини в різних шкільних ситуаціях, самооцінка [16, с.103].

Окрім того шкільна адаптація та успішність її протікання залежить від особливостей поведінки дитини в школі: встановлення контактів з учнями та вчителем [там само].

На думку Т.Костяк, у початковій школі здатність дитини до конструктивної взаємодії у новому соціальному середовищі залежить від досвіду сімейних відносин, а також від змісту й характеру трансляції шкільних норм. Знайомлячись з новими формами соціальної поведінки, діти починають експериментувати з ними, намагаючись застосовувати їх в освітньому закладі та в родині. Налагоджуючи стосунки з дорослими і однолітками (як формальні так і неформальні), дитина відбирає ті зразки поведінки, які узгоджуються з наявними у неї уявленнями про світ і про себе, і намагається пристосувати засвоєні правила до конкретної ситуації. У цьому проявляється активний

характер адаптації до школи, який, з одного боку, дозволяє розкритися індивідуальності дитини, а з іншого, - визначає різні відхилення у соціальній поведінці. Індивідуальний стиль життя, основні риси якого формуються на початку шкільного навчання, дозволяють дитині гнучко використовувати засвоєні норми відповідно до своїх уявлень і очікувань значущих дорослих [34].

Тому ви виокремлюємо наступний компонент шкільної адаптації - соціальний, критерієм якого є особливості поведінки дитини в соціальному шкільному середовищі, тому назвемо його поведінковим. Основними показниками даного критерію шкільної адаптації є ставлення учня до інших та рівень засвоєння ним шкільних норм поведінки.

Розв'язання проблеми шкільної адаптації у контексті оптимізації особистісного розвитку передбачає не тільки відстеження динаміки пристосування першокласників до школи, але й прогнозування їх індивідуального розвитку. З цією метою необхідно визначити комплекс діагностичних методик, спрямованих на вивчення виділених нами раніше компонентів, критеріїв та показників адаптованості дітей до школи.

1. «Бесіда про школу». Ця методика, розроблена Т.А. Нежновою, спрямована на виявлення рівня сформованості внутрішньої позиції школяра, прийняття 6-7 річною дитиною вікового статусу.

2. Дослідження мотивації навчання Н.Лусканової. Методика спрямована на вивчення сформованості мотивів навчання, виявлення провідного мотиву.

3. Тест Люшера (в модифікації Л.Ясюкової). Цей метод спрямований на визначення емоційного стану дитини в школі, наявності позитивних і негативних емоцій у визначених навчальних ситуаціях.

4. Проективна методика для діагностики шкільної тривожності (автор - А.Прихожан), що дозволяє визначати рівень шкільної тривожності, аналізувати шкільні ситуації, що викликають у дитини страх, напругу, дискомфорт.

5. Методики «Драбинка» для вивчення самооцінки дітей.

6. Карта спостережень Д. Стотта, що виявляє форми дезадаптивованої поведінки дитини, а також особливості її взаємин з оточуючими.

З урахуванням змісту шкільної адаптації молодших школярів, виявлених нами 4 компонентів цього інтегративного феномена, їхніх критеріїв встановлено її три рівні: високий, середній та низький.

Високий рівень шкільної адаптації характеризується прийняттям ролі школяра, почуттям емоційного комфорту у різних ситуаціях; у таких учнів низькі показники тривожності, вони задоволені собою, мають різнобічні оціночні судження, які відрізняються несуперечністю. Діти мають високий соціальний статус в колективі, виявляють товариську, готові допомогти іншим у складних ситуаціях, успішні в соціальних контактах, мають багатьох друзів серед своїх однолітків, уміють вирішувати конфліктні ситуації; гарно засвоюють шкільні норми поведінки. Самооцінка таких дітей завищена адекватно, вони знають свої індивідуальні особливості, переваги й недоліки. У багатьох дітей відзначається наявність рефлексії у ставленні до себе. У мотивації домінують мотиви навчання. Для учнів цього рівня характерною є позитивна тональність настрою, незначна вираженість синдрому психоемоційної напруги.

Для середнього рівня адаптації характерним є прийняття ролі школяра залежно від ситуації, почуття у більшості ситуацій емоційного комфорту; у таких учнів середні показники тривожності, вони інколи незадоволені собою, мають різнобічні оціночні судження, які відрізняються деякою суперечністю. Учні виявляють ситуативну товариську, вступають у соціальні контакти у випадку необхідності з урахуванням інтересів; засвоюють шкільні норми поведінки з примусу дорослих; спостерігається деяка нестійкість оцінних суджень. Такі діти при оцінці себе схильні орієнтуватися на думку оточуючих, зовнішні оцінки і на аналіз конкретних ситуацій. У них відзначається середній рівень задоволеності собою, деяка невпевненість, яка може бути пов'язана з різними факторами. У мотивації домінують соціальні мотиви, діти орієнтовані на схвалення вчителя, яке дозволяє їм задовольнити потребу в спілкуванні на

новому рівні. Діти цього рівня нестійкі у навчальній діяльності, зосереджені на ній ситуативно, коли це для них цікаво. У спілкуванні школярі віддають перевагу знайомому колу оточуючих, можуть підкорятися ініціативі групи. Школярів відрізняє суперечливе ставлення до школи та соціальна мотивація. Діти характеризуються підвищеною самооцінкою, обмеженим статусним положенням. У їхньому емоційному стані відбуваються коливання тональності настрою, високий ступінь вираженості синдрому психоемоційного напруження.

3 рівень - низький (або дезадаптація) мають діти, які не приймають ролі школяра, з почуттям емоційного дискомфорту; у таких учнів висока тривожність, вони незадоволені собою, мають оціночні судження, які відрізняються постійною суперечністю. Учні мають соціальний статус аутсайдерів у колективі, виявляють агресивність, важко вступають у соціальні контакти; не прагнуть засвоювати шкільні норми поведінки; мають низький рівень задоволеності собою, мають вузькі й неадекватні самооцінні судження, відсутність рефлексії. Низька самооцінка у таких дітей може бути пов'язана з тривогою і невпевненістю. Висока чутливість до оціночних суджень, підвищена емоційність у ставленні до себе роблять цих дітей дуже вразливими. У мотивації домінують ігрові мотиви.

Отже, ми виокремили такі 4 компоненти в адаптації молодшого школяра: організаційний, соціальний, навчально-мотиваційний, психологічний, яким відповідають рольовий, мотиваційний, емоційний та поведінковий критерій. Установлено три рівні шкільної адаптації: високий, середній та низький.

Зазначене актуалізує потребу емпіричного визначення рівнів шкільної адаптації учнів до навчання з метою розробки програми ефективного супроводу цього процесу.

2.2. Діагностування у першокласників рівнів шкільної адаптації до навчання

З метою визначення рівня готовності першокласника до прийняття нової соціальної позиції школяра організаційного компонента адаптації ми використовували методику «Бесіда про школу» Т.Нежнової (Див. Додаток А). Дітям ставили запитання, відповіді на які дозволяли виявити один з трьох типів орієнтації позиції щодо школи й процесу навчання. Домінуюча орієнтація на зміст навчальної діяльності засвідчувала про наявність у школяра його внутрішньої позиції. Орієнтацію на зміст навчальної діяльності ми оцінювали у 2 бали, орієнтацію на зовнішні атрибути - 1 балом; орієнтацію на позашкільні види діяльності - 0 балів. Згідно з результатами кожна дитина могла набрати максимально 10 балів.

Аналіз проведеного дослідження прийняття першокласниками соціальної ролі показав, що на початку навчання в І класі повністю сформована внутрішня позиція школяра виявлена лише у 25 % (6 чол.) обстежених учнів КГ та 21 % (5 осіб) ЕГ, оскільки вони набрали в результаті тестування 10 - 9 балів. Такі учні позитивно ставляться до школи, тобто їхня орієнтація - навчальна.

У разі часткової сформованості внутрішньої позиції школяра (50 % учнів КГ та 54% ЕГ) емоційно позитивне ставлення до школи, свого нового соціального статусу поєднується з орієнтацією на позанавчальний бік шкільного життя - нові знайомства і контакти, ігри, прогулянки, можливість відвідування шкільних гуртків тощо. Учні з цим рівнем сформованості внутрішньої позиції знаходилися на початковій стадії її формування, набрали 5 – 8 балів, що засвідчило їхній ситуативний інтерес до зовнішньої атрибутики шкільного життя.

Несформована внутрішня позиція школяра або її низький рівень виявлено у 25 % КГ та 24 % ЕГ, оскільки ці діти отримали 4 - 0 балів. Такі учні майже не виявляли інтересу до школи. Згідно з отриманими даними, у цих першокласників внутрішня позиція школяра ще не була сформована, що

знайшло відображення в перевазі ігрової діяльності та відсутності бажання ходити до школи, негативних установках до школи та до навчання.

Узагальнені результати, отримані за рольовим критерієм, наведено в таблиці 2.1.

Таблиця 2.1.

Рівень розвитку готовності першокласника до прийняття нової соціальної позиції школяра організаційного компонента адаптації на констатувальному етапі експерименту

Показники	Рівні у %					
	Високий		Середній		Низький	
	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ
Рівень готовності першокласника до прийняття нової соціальної позиції школяра	25	21	50	54	25	24

Для визначення рівня мотивації учнів до навчання навчально-мотиваційного складника було використано анкету Н. Лусканової, яка складалася з 10 запитань (див. Додаток Б), у яких відображено ставлення школярів до школи і освітнього процесу. Відповідь дитини, яка характеризувала позитивне ставлення, оцінювалася 3 балами, нейтральна відповідь («по-різному», «не знаю» та ін.) - 1 балом. Відповідь, яка свідчила про негативне ставлення учня до навчання та школи, оцінювалася у 0 балів. У підсумку кожен школяр міг набрати за результатами анкети 30 балів.

У результаті виконання методики ми з'ясували, що високий рівень навчальної мотивації мали 21% учнів ЕГ та 17 % КГ, оскільки вони набрали від 21 до 30 балів, які відрізнялися наявністю високих пізнавальних мотивів, прагненням успішно виконувати пропоновані школою вимоги. Характерними для цієї групи були відповіді типу «Я завжди йду до школи з радістю», «Мені подобається навчатися в школі, так як без навчання жити не можна», «На уроках дуже цікаво». Цих дітей швидше можна охарактеризувати як допитливих. Вони хочуть багато знати, нерідко приходять в І клас, вже вміючи читати і рахувати, а до школи ходять, щоб дізнатися ще більше. Але якщо на

уроках їм стає нецікаво, вони можуть відволіктися і зайнятися сторонніми справами.

Середній рівень шкільної мотивації було виявлено у 45,8 % опитаних КГ та 41,6 % ЕГ першокласників. Ці школярі успішно справлялися з навчальною діяльністю, однак при відповідях на питання проявляли меншу залежність від жорстких вимог і норм, вони в цілому позитивно ставилися до школи, оскільки вона більше привертала їх позанавчальними видами діяльності. Пізнавальні мотиви у таких дітей були сформовані меншою мірою, і навчальний процес їх мало цікавив, домінуючими у них були соціальні мотиви. Першокласники з таким рівнем мотивації досить благополучно відчували себе в школі, однак частіше ходили туди, щоб спілкуватися з друзями, з учителем. Їм подобалася роль школяра, бажання відчувати себе учнями, мати гарний ранець, ручки, зошити і т.д. Серед відповідей тут переважали відповіді типу: «У школі не можна гратися з друзями на перерві» (Оля М.); «У нас гарна вчителька, але я краще б залишився вдома» (Артур П.).

Низький рівень мотивації було виявлено у 33,2% респондентів КГ та 41,4% ЕГ. Ці першокласники набрали під час відповідей на питання від 10 до 14 балів, демонстрували нестійку мотивацію. У їхній мотивації домінували ігрові мотиви, що негативно позначалося на успішності засвоєння навчального матеріалу і формуванні навчальної діяльності. Такі школярі виконували на уроці не те, що задано, а те, що їм хотілося: у зошиті писали не букви і слова, а малювали машинки, будиночки, квіточки та ін.; приносили з дому іграшки та гралися ними на уроці; не розуміли специфічної функції вчителя, будували своє спілкування з ним виключно на емоційній основі; не приймали шкільних правил поведінки, на уроці могли ходити по класу, коментувати дії вчителя і однокласників; не розуміли обов'язковості виконання навчальних завдань, у тому числі й домашніх. Відповіді цих дітей переважно були такими: «Я не люблю школу, але мене змушує ходити туди мама» (Дарина К.), «Я не люблю вчити уроки», «Я ходжу в школу, щоб розлютити вчительку. Я розкачую стілець і створюю жахливий скрип на уроці» (Петрик Л.).

Узагальнені результати, отримані за мотиваційним критерієм, наведено в таблиці 2.2.

Таблиця 2.2.

Рівень розвитку мотивації учнів до навчання навчально-мотиваційного складника адаптації на констатувальному етапі експерименту

Показники	Рівні у %					
	Високий		Середній		Низький	
	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ
Рівень мотивації учнів до навчання	21	17	45,8	41,6	33,2	41,4

Рівень емоційного самопочуття психологічного компонента адаптації ми перевіряли за тестом Люшера (в модифікації Л.Ясюкової) (Додаток В). Цей метод допоміг виявити наявність позитивних та негативних емоцій у визначених навчальних ситуаціях.

Тест складається з стимульного матеріалу (восьми колірних карток) і методичного керівництва, яке містить опис тесту, процедури тестування, числових показників і їх розрахунок, обробку, інтерпретацію результатів і додатків.

Школярам пропонували картки з 8 кольорів, які вони повинні були обрати залежно від настрою, тобто виділити найбільш приємний колір з восьми. Процедура вибору кольору повторювалася.

Оцінка результатів емоційного стану дитини здійснювалася з урахуванням ключа до тесту. Найвищий бал (4) отримував той, хто обирав пріоритетними синій, жовтий, фіолетовий кольори, а потім - чорний, сірий, коричневий. Такий вибір свідчив про сприятливий емоційний стан школяра. 3 бали міг отримати учень, який визначав найважливішими червоний і зелений кольори на перших позиціях, що свідчило про його задовільний емоційний стан.

Результати дослідження емоційного стану першокласників у період адаптації до школи засвідчили, що 16,6 % опитаних КГ та 12,5 % учнів ЕГ мали переважний негативний емоційний стан, який проявлявся у їхньому

поганому настрої. Ці діти могли показувати негативні емоції, тривогу, страх в наступних шкільних ситуаціях: на уроці, біля дошки, у спілкуванні з однокласниками і вчителем. При цьому у дитини спостерігалася перевага і низька працездатність. Зазначимо, що домінування поганого настрою не є протипоказанням для навчання дитини в школі, але може ускладнювати процес адаптації. Отже, це учні з низьким рівнем емоційного самопочуття.

У 58,3 % учнів КГ та 62,5% ЕГ емоційний стан кваліфікувався як нормальний, тобто оптимальний для успішної навчальної діяльності. У 25,1 % першокласників КГ та 25% ЕГ спостерігалася явна перевага позитивних емоцій. При цьому дитина відрізнялася бадьорістю, відсутністю втоми, здоровою активністю.

Рівень тривожності психологічного компонента адаптації ми перевіряли за проєктивною методикою для діагностики шкільної тривожності (автор - Л.Прихожан) (Додаток Д). У методиці пропонувалося школярам проаналізувати ситуації, обставини, з якими вони зустрічалися в житті. Деякі з них могли викликати в дітей тривогу, занепокоєння або страх. До тесту була розроблена 5-бальна шкала від 0 до 4, за допомогою якої учні оцінювали ситуації залежно від того, наскільки вони для них були неприємними, могли викликати у них занепокоєння, побоювання або страх.

Проведене дослідження шкільної тривожності показало, що серед першокласників частка високо тривожних дітей є невисокою (12,5 % учнів КГ та 8,3 % ЕГ).

Середній рівень тривожності виявлено у найбільшій кількості дітей – 58,3% опитаних КГ та 62,5% ЕГ. Проте ми вважаємо такий рівень тривожності скоріше адаптаційним, тобто пов'язаним зі зміною соціальної ситуації дитини, оскільки підвищення тривожності - нормальна реакція, яка забезпечує готовність до раптових змін, дає можливість чуйно реагувати на ситуацію і поведінку інших людей.

У 29,2 % учнів КГ та 29,2 % ЕГ констатовано низький рівень тривожності, що свідчить про нормальне протікання адаптаційних процесів до навчання.

Отримані результати стали основою для проведення психокорекційної роботи психолога і подальшої діагностики сім'ї та молодших школярів, про яку йтиметься у наступному розділі. Так, виявлена тривожність вимагає визначення її характеру: або він суб'єктивно-особистий, або має об'єктивні причини в сім'ї чи школі тощо.

Таким чином, дані нашого дослідження спростовують поширену думку про те, що більшість учнів І класів на початку навчального року мають високий рівень тривожності.

Для вивчення самооцінки дітей психологічного складника адаптації ми використали методику «Драбинка» (Додаток Е). Кожному учаснику пропонували бланк з намальованою драбинкою, на сходинках якої дітям потрібно було розташувати учнів та визначити, на яку сходинку школяр може поставити себе.

На першу сходинку ставили себе діти із завищеною самооцінкою, оскільки вважали себе найкращими. Окрім того такі діти інколи не могли пояснити свій вибір, оскільки це було пов'язано з їхньою слаборозвиненою рефлексією.

Аналіз результатів вивчення самооцінки першокласників, отриманих в ході дослідження, дозволив стверджувати, що самооцінка молодших школярів багато в чому залежала від учителя і оцінки їхніх результатів діяльності. Установлено: завищену самооцінку мали 37,5 % дітей КГ та 45,8 % ЕГ; з адекватною самооцінкою констатовано 33,3 % дітей КГ та 41,6 % ЕГ; занижену самооцінку виявлено у 29,2 % учнів КГ та 12,6 % ЕГ.

Таким чином, вивчення самооцінки першокласників дозволило стверджувати про те, що школярі з завищеною самооцінкою не могли себе оцінити відповідно до своїх можливостей, їх самооцінка переважно була необ'єктивною, вони виявляли тенденцію до переоцінки здібностей.

Першокласники з адекватною самооцінкою непогано знали свої особливості й тому могли прогнозувати свої дії. Причини своїх невдач вони відносили на рахунок своїх же недоліків.

Занижена самооцінка учнів 1-го класу, очевидно, пов'язана з певною розбіжністю між можливостями дітей і вимогами до них.

Узагальнені результати, отримані за трьома показниками емоційного критерію, показано в таблиці 2.3.

Таблиця 2.3.

Рівень психологічного складника адаптації до навчання учнів на констатувальному етапі експерименту

Показники	Рівні у %					
	Високий		Середній		Низький	
	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ
Рівень емоційного самопочуття	16,6	12,5	58,3	58,3	25,1	25
Рівень тривожності	12,5	8,3	58,3	62,5	29,2	29,2
Рівень самооцінки	37,5	45,8	33,3	41,6	29,2	12,6
Узагальнені дані	22,2	22,2	49,9	54,1	27,8	22,2

Ставлення учня до вчителів, однолітків та рівень засвоєння ним шкільних норм поведінки соціального компонента шкільної адаптації ми перевіряли за допомогою карти спостережень Д. Стотта, яка складалася з 198 «відрізків», згрупованих у 16 синдромів: недовіра до нових людей, речей, ситуацій; депресія; догляд за собою; тривожність у ставленні до дорослих; ворожість у ставленні до дорослих; тривожність у ставленні до дітей; брак соціальної нормативності; ворожість у ставленні до інших дітей; невгамовність; емоційне напруження; невротичні симптоми; несприятливі умови середовища; розумова відсталість; сексуальний розвиток; хвороби і органічні порушення; фізичні дефекти. (Додаток Є).

Карту на кожного заповнював учитель, який добре знав дитину. У реєстраційному бланку закреслювали ті цифри, які відповідали формам поведінки (синдрому), які були найбільш характерним для даної дитини.

Суму балів рахували за кожним синдромом і виводили загальний «коефіцієнт дезадаптованості» за сумою балів за всіма синдромами. Крім кількісної обробки результатів проводився їх якісний аналіз.

Велика кількість закреслених відрізків у дитини (у порівнянні з іншими дітьми) дає можливість зробити висновок про серйозні порушення в розвитку її особистості та поведінки, а також виділити ті синдроми, які, в першу чергу, визначають порушення, і подолання яких має займати центральне місце в роботі з учнем.

Методика дала змогу виявити основні проблеми адаптації: недовіру до нових людей, речей, ситуацій; депресивний стан; уникнення контакту з людьми, самоусунення; тривожність у ставленні до дорослих; ворожість до дорослих; тривога у ставленні до дітей; брак соціальної нормативності (асоціальність); ворожість до дітей; невгамовність; емоційне напруження; невротичні симптоми.

Аналіз особливостей поведінки першокласників показує, що більшість з них готові до нової діяльності, здатні керувати своєю поведінкою (50 % КГ та 58,3 % ЕГ). Близько 37,5 % дітей КГ та 25,1 % ЕГ відчувають труднощі в спілкуванні, що швидше за все, пов'язано з їхніми індивідуально-психологічними особливостями. У поведінці цих дітей виявлялися окремі фрагменти дезадаптації, але їх наявність у вчинках не виходила за межі норми. Ці діти потребують особливої уваги з боку вчителів і батьків. Ці школярі зазнали серйозних труднощів у пристосуванні до нових умов, причому, в основному, як виявилось, це були діти з неповних, малозабезпечених та неблагополучних сімей.

За результатами тесту 12,5 % опитаних КГ та 16,6 % ЕГ можуть успішно освоюватися у новій ситуації та мають високий рівень засвоєння шкільних норм поведінки.

Узагальнені результати, отримані за поведінковим критерієм, наведено в таблиці 2.4.

Таблиця 2.4.

Рівень ставлення учнів до вчителів, однолітків та рівень засвоєння шкільних норм поведінки соціального компонента адаптації на констатувальному етапі експерименту

Показники	Рівні у %					
	Високий		Середній		Низький	
	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ
Рівень ставлення учнів до вчителів, однолітків та рівень засвоєння шкільних норм поведінки	12,5	16,6	50	58,3	37,5	25,1

Загальний рівень адаптації за усіма компонентами шкільної адаптації ми вираховували на основі середнього арифметичного. Рівень адаптації до навчання учнів на констатувальному етапі експерименту наведено у таблиці 2.5.

Таблиця 2.5.

Рівень шкільної адаптації учнів до навчання на констатувальному етапі експерименту

Показники	Рівні у %					
	Високий		Середній		Низький	
	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ
Організаційний компонент	25	21	50	54	25	24
Навчально-мотиваційний компонент	21	17	45,8	41,6	33,2	41,4
Психологічний компонент	22,2	22,2	49,9	54,1	27,8	22,2
Соціальний компонент	12,5	16,6	50	58,3	37,5	25,1
Узагальнені дані	20,2	19,2	48,9	52	30,9	28,2

Отже, з таблиці 2.5 постає: кількісні дані у контрольній та експериментальній групах мало відрізняються; у дітей найбільш сформований організаційний складник адаптації, оскільки найвищі показники з високим рівнем феномена на початку навчального року були в 25 % учнів КГ та 21 % ЕГ; найменш сформований – соціальний компонент, оскільки з середнім та високим рівнем адаптації виявилось 62,5 % школярів КГ та 74,9 % ЕГ.

Отримані в ході дослідження дані дозволили виділити три рівні адаптаційного процесу:

1. Адаптація дитини до школи проходить нормально, у школі вона почувається комфортно, вчиться із задоволенням, виконує всі завдання, які дає вчитель, відповідально ставиться до виконання домашніх завдань. У школі у

неї переважає гарний настрій, емоційний стан в нормі; ставлення до вчителя, до однокласників і в цілому до школи позитивне.

2. У школяра із середнім рівнем адаптації може бути не сформована позиція школяра, тобто школа подобається не власне навчальним змістом, а тим, що в ній цікаво, весело, багато дітей. У цілому учень відвідує школу із задоволенням, йому подобається вчитися, але можуть виникнути труднощі в навчальній діяльності, у низькому рівні мотивації і небажанні виконувати певні завдання вчителя. Така дитина може проявляти низьку концентрацію уваги, часто відволікатися. Щоб дитина почати займатися, їй потрібен примус з боку дорослого, точніше вчителя. Після такої допомоги або навіть емоційної підтримки вчителя дитина може почати діяти самостійно.

3. Адаптація дитини знаходиться на низькому рівні, у шкільному середовищі у неї переважають негативні емоції і настрої. Така дитина на уроках найчастіше відмовляється виконувати завдання вчителя, зайнята сторонніми справами, може відволікати сусіда по парті. Навчальна діяльність її не приваблює, якщо вона їй не цікава.

Часто дитина з низьким рівнем адаптації не хоче вчитися, вранці може відмовлятися йти в школу. Крім цього, можливі проблеми в поведінці, недотримання шкільних норм і порушення шкільних правил. У такого школяра частіше зустрічаються проблеми у взаєминах з однокласниками, можливе негативне ставлення до вчителя.

Таким чином, ми можемо розділити першокласників на три групи: з прогнозом сприятливого перебігу адаптації (високий рівень), середньої сприятливості та високим ризиком несприятливого перебігу адаптації (низький рівень).

Аналіз результатів дослідження рівнів розвитку шкільної адаптації учнів на початку навчального року дав змогу установити, що у більшості першокласників (48,9% КГ та 52 % ЕГ) домінує середній рівень шкільної адаптації. Високий рівень констатовано у 20,2% КГ та 19,2 % ЕГ опитаних; низький рівень - у 30,9% учнів КГ та 28,2 % ЕГ.

Висновки до розділу 2

Шкільна адаптація – складний феномен інтегративного характеру, який складається з 4 компонентів: організаційного, навчально-мотиваційного, психологічного та соціального.

Організаційний компонент адаптації передбачає пристосування дитини до нової системи організації життя: до нових вимог, правил, режиму дня, обов'язків, статусу. **Критерієм цього складника шкільної адаптації вважаємо готовність першокласника до прийняття нової соціальної позиції школяра та називаємо його рольовий.** Показниками адаптованості цього критерію можуть виступати: сформованість позиції школяра і прийняття дитиною шкільних правил. Перший означає сформованість позитивного ставлення до школи, навчання, пізнання як до радості відкриття, прагнення до соціально-нормованих форм поведінки, до оволодіння соціально значущими знаннями і вміннями. Це готовність до нових обов'язків, відповідальності перед школою, вчителем, класом.

Навчально-мотиваційний складник адаптації передбачає можливість на початку навчання дитини в школі зайняти нову для неї життєву позицію і перейти до виконання суспільно значущої навчальної діяльності. **Критерієм шкільної адаптації цього складника є мотиваційний,** який визначає мотивацію до навчання школярів. Показниками мотиваційного критерію є такі: міра оволодіння учнем навчальною діяльністю і задоволеність нею.

Психологічний компонент адаптації учня до навчання у школі характеризується станом психічного здоров'я першокласників. **Критерієм даного компонента є емоційний,** а показниками визначено такі: характеристика рівня тривожності, емоційний стан дитини в різних шкільних ситуаціях, самооцінка.

Соціальний компонент шкільної адаптації акумулює особливості поведінки дитини в школі: установлення контактів з учнями та вчителем. **Критерієм цього компонента визначено поведінковий,** який

характеризується особливостями поведінки дитини в соціальному шкільному середовищі. Основними показниками даного критерію шкільної адаптації є ставлення учня до інших та рівень засвоєння ним шкільних норм поведінки.

Діагностування рівнів адаптації учнів до школи уможливило їх диференціацію на три групи: з прогнозом сприятливого перебігу адаптації (високий рівень), середньої сприятливості, високим ризиком несприятливого перебігу адаптації (низький рівень).

З урахуванням отриманих даних під час констатувального експерименту можна виділити молодших школярів, яким необхідна індивідуальна увага та психологічна підтримка з боку психолога. Учні, які мають низький рівень шкільної адаптації, потрібно індивідуально діагностувати, визначити причини та чинники дезадаптації, провести корекційно-розвивальну роботу. Такі школярі систематично потребують допомоги з боку класовода та психолога.

Школярам з середнім рівнем адаптації також потрібна короткострокова оперативна допомога з боку психолога. Інформація щодо їх емоційного стану дає змогу здійснювати таку роботу ефективно. Причини середнього рівня адаптації можуть бути такими: високий рівень тривожності, слабка здоров'я та низька самооцінка. Часто такі учні дотримуються правил поведінки та опановують шкільну програму, але ціною цього є їхнє фізичне та психологічне здоров'я.

Аналіз компонентів розвитку шкільної адаптації учнів на початку навчального року дав змогу установити, що у першокласників домінує середній рівень (48,9% КГ та 52 % ЕГ) феномена. Високий рівень констатовано у 20,2% КГ та 19,2 % ЕГ опитаних; низький рівень - у 30,9% учнів КГ та 28,2 % ЕГ.

Проаналізувавши результати діагностик, ми дійшли наступних висновків: необхідно розробити комплекс заходів, спрямованих на формування шкільної адаптації до навчання у першокласників, що й буде наступним етапом нашої роботи.

РОЗІДЛ 3. ДОСЛІДНИЦЬКО-ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА РОБОТА З ОПТИМІЗАЦІЇ ПРОЦЕСУ АДАПТАЦІЇ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ДО НАВЧАННЯ

3.1. Організація психолого-педагогічного супроводу дітей на етапі адаптації до школи

Формувальний експеримент передбачав обґрунтування психолого-педагогічних умов, які необхідні для успішної адаптації першокласників до школи, створення системи активної взаємодії педагогів, батьків та учнів з метою успішної адаптації дітей до школи; педагогічна профілактика і корекція відносин у системі «учитель-учень»; врахування індивідуально – особистісних якостей учня і соціально-культурних умов розвитку дитини в сім'ї.

КГ та ЕГ були такими ж, як і під час констатувального експерименту. Дослідження складалося з таких етапів: обґрунтування педагогічних умов шкільної адаптації та оптимізація процесу адаптації дітей до навчання, що передбачала організацію та створення програми психолого-педагогічного супроводу школярів; організація експериментальної групової роботи з учнями, батьками і вчителями, підсумкова діагностика результатів експерименту.

Теоретичні висновки, зроблені в першому розділі, результати констатувального експерименту дозволили виділити психолого-педагогічні умови процесу супроводу дітей молодшого шкільного віку на етапі адаптації до навчання в школі: формування навчальної мотивації першокласників, наявність необхідних матеріалів для їхньої освітньої діяльності, забезпечення умов для повноцінного фізичного і психічного розвитку, музичних та інших творчих здібностей дитини тощо.

Найкращою основою для успішного навчання і розвитку дитини є гармонійна відповідність навчальних та інтелектуальних навичок та умінь таким параметрам особистості, як самооцінка, пізнавальна і навчальна мотивація. Ця відповідність закладається саме в молодшому шкільному віці. Практично всі проблеми (в тому числі неуспішність, навчальні

перевантаження та ін.), що виникають на наступних щаблях навчання, пояснюються тим, що дитина або не вміє вчитися, або навчання їй нецікаве [70, с. 9].

У першому класі успішність у оволодінні навчальною діяльністю, програмним змістом навчальних предметів, оцінка педагога є найважливішими критеріями оцінки себе у більшості дітей.

Однак інтерес до школи, спочатку сформований під час ігрової і соціальної мотивації, при виникненні перших труднощів у навчанні різко падає, оскільки ні ігрові, ні соціальні мотиви безпосередньо не пов'язані з змістом навчання. Однією з найважливіших умов, які забезпечують успішну адаптацію першокласників у школі, стає, таким чином, формування навчальної мотивації. Крім того, важливу роль у процесі адаптації до школи грають і особистісні особливості учнів [13, с. 38].

Учень, що приходить до школи, повинен бути фізично й психічно здоровим, соціально зрілим, він повинен досягти певного рівня розумового і емоційно-вольового розвитку, вміти планувати свою діяльність і здійснювати самоконтроль. Тому, адаптація дитини до школи є комплексним і таким, яка охоплює усі сфери життєдіяльності майбутнього першокласника [там само].

У школі повинні бути створені всі необхідні умови для повноцінного навчання першокласників, а саме: бути необхідні матеріали для освітньої діяльності, створені умови для повноцінного фізичного та психічного розвитку, музичних та інших творчих здібностей дитини тощо [70, с. 12].

Класні кімнати повинні відповідати санітарно-гігієнічним вимогам, класи повинні бути наповнені меблями відповідно до вікових особливостей дітей, повинні існувати спеціальні шафи для роздягання.

Однією з умов фізіологічної підготовки дітей до навчання і адаптації в школі є повноцінне харчування дитини. Велику увагу класовод повинен звертати увагу на повноцінний фізичний розвиток дітей. З цієї метою повинні організуватися, крім занять з фізкультури, і такі види робіт, як:

фізкультхвилинки, фізкультурні розваги, спортивні ігри та змагання [там само].

Психолого-педагогічний супровід у сучасних дослідженнях розглядають як особливий вид допомоги (або підтримки) дитині, що забезпечує її розвиток в умовах освітнього процесу [74, с.143].

Повноцінний розвиток учня на усіх щаблях шкільного життя складається з двох складових: реалізація тих можливостей, які дитині відкриває даний етап вікового розвитку; реалізація тих можливостей, які пропонує їй дане соціально-педагогічне середовище.

Ідею супроводу як втілення гуманістичного та особистісно-орієнтованого підходів послідовно і детально розробляли М.Бітянова [13], Е.Александровська [3] та ін. у трьох основних площинах: ціннісно-смісловій підставі методу супроводу; організаційній моделі супроводжувальної діяльності; змісті та технології психолого-педагогічного супроводу.

Провідними завданнями програми соціально-психологічного супроводу процесу шкільної адаптації першокласників до навчання нами виділено такі: забезпечення умов для адаптації учнів до школи, координування діяльності всіх учасників освітнього процесу, спрямоване на створення умов для ефективності адаптаційних процесів дітей до навчання; психологічні консультації батьків та педагогічного колективу щодо проблем розвитку молодших школярів до навчання, методів та засобів попередження дезадаптації; визначення соціального статусу кожного учня з метою вчасної профілактики та ефективного розв'язання проблем, пов'язаних з його розвитком, спілкуванням та навчанням; діагностика та корекція дітей з ознаками низького рівня адаптації; допомога та підтримка дітей, які переживають труднощі у емоційній та комунікативній сферах, пошук оптимальних способів подолання труднощів, які з'являються у їхній навчальній діяльності [там само].

З урахуванням основних завдань програми психолого-педагогічного супроводу процесу адаптації дітей до навчання визначено такі завдання

діяльності фахівців: вивчення індивідуальних особливостей розвитку особистості; кваліфікована допомога у попередженні дезадаптації; узгодження діяльності педагогічного колективу, психолога, соціального педагога та медпрацівників; залучення батьків до супроводу розвитку дитини [там само].

Таким чином, консолідація зусиль усіх фахівців (педагога-психолога, соціального педагога, учителя початкових класів) забезпечить ефективність психолого-педагогічного супроводу адаптації учнів початкової школи.

У межах програми психолого-педагогічного супроводу взаємодія фахівців на основі інтеграції спрямовувалася на розв'язання проблеми адаптації кожного учня.

Саме тому психолого-педагогічний супровід школярів до навчання передбачав комплексну діяльність фахівців, яка забезпечувала розв'язання проблем розвитку, навчання, виховання, соціалізації та корекції першокласників, динаміку та підтримку їхнього розвитку.

Серед провідних принципів програми психолого-педагогічного супроводу процесу адаптації учнів до навчання варто виділити: принцип індивідуального підходу, опертя на можливості школярів, мобілізування усіх їхніх компенсаторних потенцій; системності, поступовості та безперервності, врахування інтересів дитини. Особливо значущим було створення комфортного предметно-розвивального середовища для першокласників, яке адекватне їм можливостям, умовам, які сприяють повноцінному розвитку усіх видів діяльності. Вагоме значення надавали організації та змісту психологічного супроводу сімей [там само, с.146].

Розроблена нами програма психолого-педагогічного супроводу оптимізації адаптації молодших школярів до навчання ґрунтується на ідеях Л.Талдонової, яка до найважливіших напрямів оптимізації адаптації відносить діагностичну, корекційно-розвивальну роботу, консультативно-просвітницьку діяльність [там само, с.143].

У рамках реалізації психолого-педагогічного супроводу першокласників доцільні наступні напрямки діяльності:

- психологічна діагностика, спрямована на виявлення особливостей статусу школярів. Протягом першого року повинна проводитися двічі - на етапі вступу (зарахування) дитини до школи та в середині першого класу;

- корекційно-розвивальна робота орієнтована на надання допомоги дітям, що зазнають труднощі в шкільній адаптації. Надання допомоги може здійснюватися в формі групової та індивідуальної психокорекційної роботи;

- консультативно-просвітницька робота з педагогами та батьками - реалізується психологом та класоводом, пов'язана, в основному, з обговоренням результатів проведеної діагностики, конкретним запитом педагога або батька в зв'язку з проблемами навчання, спілкування або психічного самопочуття;

- методична робота - спрямована на вдосконалення методики та модифікацію змісту навчання. Даний напрямок діяльності здійснюється педагогами та психологом, спільно з адміністрацією школи за результатами аналізу діагностик рівнів адаптації першокласників.

Щоб адаптаційний період був ефективним, необхідні наступні етапи його організації:

- створення робочої групи психолого-педагогічного супроводу, до якої входить: психологічна служба, класоводи, учителі, які працюють у перших класах, медична сестра, адміністрація школи;
- розробка психологом та вчителем зразкового варіанта програми адаптаційного періоду і / або алгоритму (логіки) його проведення;
- усвідомлення педагогами ідеї адаптаційного періоду і прийняття його сенсу;
- створення класоводами та психологом програми адаптаційного періоду з урахуванням специфіки класу і власних можливостей на основі базової програми;
- забезпечення директором школи і його заступником організаційних умов для проведення адаптаційного періоду (наказ по школі, надання кабінетів для роботи, зміна розкладу і т.д.);

- залучення до проведення адаптаційного періоду фахівців (вчителів фізкультури, музики, бібліотекаря та ін.) для проведення тих чи інших колективних творчих справ;
- проміжний аналіз і коригування програми психологом, класоводами відповідно до виявлених психологічних особливостей дітей;
- узагальнення класоводами матеріалів індивідуальної та колективної роботи дітей та представлення результатів учням і батькам (це можуть бути малюнки, вироби, проєкти, перші сторінки «літопису класу», відеоматеріали про перші дні дітей у школі);
- проведення батьківських зборів для з'ясування очікувань батьків у зв'язку з навчанням їхньої дитини в школі і ознайомлення з підсумками та матеріалами адаптаційного періоду;
- підсумковий аналіз результатів адаптаційного періоду психологом, педагогами, визначення психолого-педагогічних завдань для кожного конкретного класу.

Програма психолого-педагогічного супроводу першокласників у період адаптації включала 5 етапів: попередній етап, який передбачав організацію наступності між дитячим садком і початковою школою; другий етап – діагностичний; наступний - консультативно-просвітницька та науково-методична робота; етап корекційно-розвивальної роботи та підсумковий етап.

На підготовчому етапі відбувається створення робочої групи супроводу, до якої входять учителі першокласників, адміністрація школи, медпрацівники та психолог. Робота робочої групи, особливо психолога та класовода з психолого-педагогічного та соціального супроводу першокласників, повинна відбуватися у постійному взаємозв'язку упродовж усіх 5 етапів. Вона починається зі збору інформації про дітей. У першу чергу, це вивчення особистих справ учнів: характеристика з дитячого садка, освіта батьків, сімейні та соціальні умови і т.д. ; проведення експертного опитування педагогів; обробка інформації про дітей, отриманої від вихователів дитячих садків і після анкетування батьків. (Детальний опис заходів психолого-

педагогічного супроводу адаптації до навчання учнів представлено у Додатку Ж).

Дана інформація про дітей повинна стосуватися, перш за все, таких характеристик як: вік дитини, склад сім'ї, професії батьків, освіта батька і матері, матеріальне становище й побутові умови сім'ї, яка дитина у сім'ї, які хвороби і травми перенесла, з якого часу вона відвідувала дошкільний заклад, як довго знаходилася у даній групі дитячого садка; які впливи на дитину застосовують у родині (заохочення, навіювання, догани та ін.); кого в сім'ї дитина найбільше слухається, з ким частіше вередує, кому частіше скаржитися на кривдників, з ким частіше ділиться своїми враженнями тощо.

Шкільний психолог проводить збір психологічного анамнезу - історії розвитку дитини, тому що завдяки цим відомостям можна заздалегідь виявити різні психологічні та психічні розлади у дитини, визначити причину цих проблем і в майбутньому намітити тактику психолого-педагогічної профілактики та корекції шкільної й соціальної дезадаптації з урахуванням цих даних [68, с.43].

З учителями майбутніх першокласників педагог-психолог проводить семінар на тему «Індивідуальна готовність дитини до школи». У процесі семінару вчителів початкових класів знайомлять не тільки з основними типами дітей, неготовими до навчання, їх загальною характеристикою і тим, як вони себе поведуть. Крім цього, для кожного типу дитини розроблені конкретні рекомендації вчителю, як треба поводитися з даним учнем і що треба робити, щоб уникнути навчальних труднощів і можливої дезадаптації учня. На завершення семінару кожен учитель початкових класів отримує пам'ятку з описом основних типів дітей, не готових до навчання в школі, і рекомендаціями для роботи з кожним типом дітей.

Важливим є також консультування з питань організації педагогічної підтримки дітей у період первинної адаптації. Допомогти дітям адаптуватися в колективі, виробити норми і правила спілкування, освоїтися в новому просторі, відчутти себе в ньому комфортно - завдання, перш за все, класовода.

Існує безліч розроблених програм організації такої підтримки. Найбільш відома програма, яка детально розкриває цю тему в роботі з першокласниками: Г.Цукерман, К.Поліванова «Вступ до шкільного життя» [2] (курс розрахований на перші два тижні навчання).

Ми вважаємо за необхідне щорічне проектування адаптаційного періоду, яке найбільш інтенсивно здійснюється в перші 3-5 днів перебування дітей в школі. Для цього класоводу важливо створити доброзичливу атмосферу взаємодії в класі, познайомити дітей один з одним, з учителями, зі школою і шкільними правилами, що має сприяти зняттю тривожності. Для першокласників дуже важливо «вжитися» в позицію школяра (тому необхідно показати відмінність: школяр – НЕ школяр), освоїти організаційні навички та вміння для навчання в школі. Це, перш за все, основні правила поведінки на уроці, навички індивідуальної та колективної роботи, організація зворотного зв'язку з учителем, навички самооцінки і співвіднесення її з оцінкою іншого (дорослого або однолітків) та ін. [там само].

Важливим для класовода є проведення циклу виховних годин: у перший день - виховну годину «Здрастуй, школо!»; на другий день - екскурсію по школі у формі гри-подорожі «Пошук скарбу» з метою ознайомлення учнів з правилами життя у школі, профілактики дезадаптації, створення сприятливої атмосфери у класі, знайомства учнів між собою та з школою; на третій день - виховну годину «У країні Ввічливості» з метою ознайомлення учнів з правилами спілкування, формування уміння висловлювати свої емоції; на четвертий день - виховну годину «Давайте познайомимось!» з метою продовження знайомства школярів з учителем та однокласниками, формування комунікативних умінь, загальнонавчальних умінь та навичок; на п'ятий день - родинно-сімейне свято «Посвята в учнів» з метою формування у дітей уміння висловлювати свої думки, здатності співпрацювати, спілкуватися, створення атмосфери емоційного комфорту [там само].

У рамках другого діагностичного етапу психолог та класовод проводять спостереження за учнями на уроках у розрахунок на день по 2

години на клас. У процесі спостереження психолог зазначає основні особливості поведінки дітей, як дитина говорить, як сидить, як слухає вчителя, чи відповідає на питання, як реагує на критичну оцінку вчителя, чи часто відволікається, крутиться, дивиться на всі боки, лежить на парті. Відзначається також ставлення до навчання і до конкретних завдань, чи охоче школяр виконує запропоновані йому завдання, наскільки швидко і правильно справляється з вправами, чи розуміє інструкцію вчителя, чи здатний знайти і виправити свої помилки. Важливим у процесі адаптації учня є те, як він ставитися до вчителя і до однокласників, чи вміє він спілкуватися з дорослими, чи може будувати міцні дружні стосунки з дітьми. Взаємодія дитини з однокласниками найкраще проявляється не на уроці, а на перерві під час спільних ігор, де психолог та класовод також можуть поспостерігати за дитиною. Важливо з'ясувати, чи є у дитини друзі, чи грається вона в колективні в ігри, чи вважає за краще залишатися сам-на-сам, і взагалі чи може дитина спілкуватися і конструктивно вирішувати конфліктні ситуації [там само].

Усі дані спостереження фіксуються у «Карті спостереження класу», на основі яких психолог робить висновки щодо певних дітей і всього класу в цілому. Ці відомості так само можуть дати психологу та класоводу багатий психо-діагностичний матеріал для виявлення «проблемних» дітей.

Паралельно зі спостереженням учнів шкільний психолог разом з учителем проводить роботу з батьками учнів. У першу чергу, це, звичайно ж, індивідуальне консультування батьків, які звернулися за допомогою до класовода чи психолога з проблем адаптації дитини. На індивідуальній консультації психолог та учитель повинні детально дізнатися історію розвитку і виховання дитини, починаючи з протікання вагітності. Необхідно визначити причини і умови виникнення того чи іншого неблагополуччя у дитини, обговорити стиль сімейного виховання. У процесі консультації психолог разом з педагогом розробляють низку рекомендацій батькам щодо формування сприятливої сімейної ситуації, а потім і вчителям щодо

поліпшення психологічних умов пристосування дитини до нового шкільного середовища [68, с.53].

Потім шкільний психолог та класовод організували батьківські збори перших класів на тему «Ваша дитина - першокласник», де розповіли присутнім про психолого-педагогічні особливості процесу адаптації першокласників, про основні труднощі, які пов'язані з нею, і про причини виникнення даних проблем. Психолог та класовод запропонували загальні рекомендації батькам, як надати дитині допомогу в адаптації до школи, яким повинен бути режим дня, чого не можна робити й говорити дитині, що починає навчання у школі.

Після цього психолог разом з учителем здійснювали підготовку до проведення дослідження адаптації першокласників, планували майбутню діяльність, добирали конкретні методики для виконання поставлених завдань, готували необхідні методичні матеріали - бланки, тести, методики, таблиці і т.п. При цьому у психолога був складений на основі даних анамнезу та спостереження приблизний список дітей, на яких слід звернути особливу увагу в процесі подальшого вивчення.

Під час другого етапу здійснювалося психодіагностичне дослідження адаптації першокласників. Дана діагностика проводилася відповідно до розробленої психологом програми дослідження адаптації першокласників.

Діагностика адаптації першокласників включала такі методики: спостереження (карта спостереження «Дитина очима дорослого» (О.Романов); тест тривожності (Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен); методика «Кінетичний малюнок сім'ї» (Р. Бернс, С. Кауфман); методика «Аналіз сімейних взаємин» (Е. Ейдеміллер, В. Юстицкіс), методика «Мій клас»; соціометрія (соціометрична гра «Секрет» Т. Репіної).

Після закінчення дослідження психолог та педагог аналізували відповіді учнів, інтерпретували їх, враховуючи поведінку дитини під час дослідження, дані спостереження, опитування вчителів і батьків учнів. Потім психолог робив висновок, у якому описав загальні характеристики процесу адаптації дитини, виділив особливості та здійснили прогноз.

Після обробки протоколів, інтерпретації результатів дослідження, заповнення бланків висновків на усіх учнів педагог та психолог створили детальний звіт, у якому описали результати дослідження дітей з кожної методики, узагальнили висновки.

Після проведення діагностування на визначення рівня адаптації першокласників класовод разом з психологом розробляли індивідуальні програми роботи з учнями, у яких виявлені проблеми у адаптації (ті, хто мали низький рівень адаптації- «група ризику»).

Учнів «групи ризику» шкільний психолог ставить на так званий психологічний облік для того, щоб в подальшому відслідковувати розвиток даних учнів у межах психолого-педагогічного супроводу.

Окрім того для учителів перших класів психолог та учитель провели семінар на тему «Рекомендації щодо організації уроків в адаптаційний період». Фахівці представили вчителям інформацію про психофізичні особливості дитини сьомого року життя, про особливості навчання першокласників, профілактику перевтоми. Далі вони надали учителям рекомендації щодо організації навчання першокласників у адаптаційний період, рекомендації з організації уроків.

Результатом даного етапу стало визначення особливостей розвитку кожного першокласника та протікання у нього адаптаційних процесів.

Третій етап психолого-педагогічного супроводу - консультативно-просвітницька та науково-методична робота. Під час етапу відбувалася зустріч з учителями, які працювали з першокласниками. Головне тут - спільне обговорення класоводом, психологом та учителями причин труднощів у дітей та можливості створення оптимальних умов для адаптації у навчанні.

Завдання психолого-педагогічного консультування і освіти педагогів:

- актуалізація та розширення уявлень (знань) педагогів про соціальну ситуацію розвитку першокласників (молодших школярів), психологічні закономірності, механізми й особливості розвитку особистості, завдання і труднощі адаптації;

- допомога в організації методичної роботи педагогів, спрямованої на побудову навчального процесу відповідно до індивідуальних особливостей і можливостей школярів, виявленої в ході діагностики готовності до шкільного навчання і моніторингу адаптації дитини до школи;
- вироблення єдиної системи вимог до класу з боку різних педагогів, які працюють з класом і єдиного підходу до окремих дітей, тактики спілкування з дітьми і батьками;
- допомога в організації педагогічної підтримки школярів, розвиток здібностей педагогів з її надання [68].

Зміст (тематика) освітньої та консультативної роботи, так само як і форми її проведення, можуть бути досить різноманітними і розрахованими не на один рік роботи з педагогами. Наведемо приклади найбільш актуальних тем для психолого-педагогічного семінару: «Адаптація до школи. Попередження і подолання дезадаптації», «Психологічне здоров'я особистості і її адаптованість», «Вікові особливості молодшого школяра», «Особливості прояву кризи 7 років», «Готовність до школи: фізіологічна, соціальна, психологічна», «Психологічний статус школяра: орієнтири для розвитку», «Несприятливі варіанти розвитку молодшого школяра», «Психологічний клімат школи (класу) як фактор розвитку особистості», «Умови та засоби створення дитячого колективу», «Відмітка та оцінка. Їх роль в розвитку молодшого школяра», «Організація «ситуації успіху» на уроці та в позаурочній діяльності» та ін. (Див. Додаток Й).

Класоводом разом психологом було проведено семінар для вчителів початкової школи «Психологічний клімат школи (класу) як фактор розвитку особистості». Основна мета семінару - надання вчителям інформації та методичних рекомендацій з побудови сприятливого, освітнього середовища в початковій школі, і конкретно в першому класі. Дані рекомендації стосувалися, перш за все, основних форм організації діяльності дітей на уроці. Сюди входило створення відповідного режиму дня; особливе планування часу

уроку і організації його змісту; профілактика у дітей шкільних навичок; формування певного ритму роботи на уроці та зміна тривалості періодів зосередження в міру адаптації дітей; врахування індивідуальних особливостей першокласників та ін. Крім цього були розкриті питання забезпечення дисципліни, методи щодо запобігання недисциплінованої поведінки.

Крім цього, під час третього етапу роботи педагог-психолог готував аналітичну інформацію для проведення психолого-медико-педагогічного консилиуму «Адаптація дитини до школи». Для цього психологом було проведено консультації зі шкільним фельдшером та з'ясовано наявність серйозних захворювань у дітей перших класів, які здатні впливати на їхню навчальну діяльність.

Слід зауважити, що освітня консультативна робота може стати затребуваною лише в тому випадку, якщо вона буде включена в реальне шкільне життя. Лекції з психології та педагогіки, навіть прочитані найкращим майстром слова, зможуть викликати, як правило, тільки хвилину пошвавлення. Психолого-педагогічні знання будуть включені в реальну професійну діяльність тоді, коли вони можуть бути засвоєні та включені в систему мислення педагога [68, с. 85].

З цією метою ми використовували метод експертної оцінки. Експертна оцінка, зібрана в усіх педагогів (або у певної групи педагогів), дала ясну картину їх думки з того чи іншого питання. Предметом експертної оцінки була психологічна атмосфера в педагогічному колективі, особистісно-розвивальний потенціал шкільного уроку, бажані досягнення учнів того чи іншого віку та ін. [там само].

Алгоритм роботи за методом експертної оцінки:

1. Вибір предмета дослідження.
2. Опитування вчителів у вільній формі.
3. Категоризація відповідей (виділення декількох основних блоків відповідей).
4. Ранжування отриманих категорій (друге опитування вчителів).

5. Виявлення ієрархії категорій відповідей (отримання і опис колективної точки зору з предмета дослідження).
6. Проведення семінару з педагогами за результатами опитування.
7. Додаткові практичні заходи (складання обґрунтованої програми діяльності за результатами дослідження, порівняння отриманих в даній групі даних з даними іншої групи педагогів).

Ще одним досить універсальним методом психолого-педагогічної освіти педагогів, який реалізував діяльнісний підхід в освіті, був метод оргдіалогу. Цей метод і його сучасні модифікації перетворюють освітянина з пасивного слухача в суб'єкт навчання, який навчає інших [3, с. 93].

Надаємо алгоритм проведення роботи з учителями початкової школи за методом оргдіалогу:

1. Група педагогів (зазвичай це усі вчителі початкової школи) об'єднується у мікрогрупи по 3-4 людини, у яких кожен отримує свій текст і завдання для роботи над текстом. Наприклад, це такі завдання: скласти запитання до тексту; виділити ключові поняття; структурувати текст за запропонованою схемою; зробити висновки на основі тексту; підготувати пам'ятки й рекомендації та ін.

2. Індивідуальна робота педагогів над текстом у мікрогрупах. Педагоги запрошують у нові мікрогрупи з однаковими текстами. У цих мікрогрупах йде обмін інформацією та взаємонавчання. Колективно виконуються завдання за текстом. Потім учителі повертаються в початкові мікрогрупи, триває колективна робота над спільною темою.

3. Загальногрупова робота. Виступи представників від мікрогруп. Зіставлення продуктів діяльності груп з авторськими науковими (або науково-популярними, текстами), рекомендації психолога.

4. Рефлексія [там само].

Метод оргдіалогу використовувався нами для підвищення психолого-педагогічної компетентності учителів у питаннях надання педагогічної підтримки школярам, у яких є проблеми з адаптацією та самооцінкою.

Для підготовки текстів, що вивчаються в оргдіалозі, ми використовували книгу Є.Лютової, Г.Моніної «Шпаргалка для дорослих» [55]. Текст книги науково-популярного і практико-орієнтованого характеру, добре структурований, об'єднаний тематично у проблеми «Гіперактивні діти», «Тривожні діти», «Агресивні діти», «Аутичні діти», містить практичні рекомендації (шпаргалки) для дорослих і набори ігор і психологічних вправ для дітей.

Відповідно до тексту пропонували завдання для мікрогруп: дати визначення ключового поняття, описати основні прояви психологічного явища, виділити його можливі причини й наслідки, запропонувати рекомендації та / або пам'ятки дорослим з профілактики та подолання психологічного синдрому, запропонувати корекційно-розвивальні ігри та вправи, провести одну з ігор з учасниками оргдіалогу.

При роботі над текстами за методом оргдіалогу у педагогів розвивається вміння розуміти і структурувати текст, вони активно опановують матеріалом, що вивчається (через позицію навчання і активного діалогу), тренують навички публічного виступу, пошуку інформації від бесіди з іншими, краще усвідомлюють (на власному досвіді) переваги діалогу та полілогу в навчанні над монологом [там само].

Науково-методична робота на цьому етапі включала: розробку і заповнення карт спостереження за учнями 1-х класів психологом; розробку програми адаптаційних занять для 1-х класів; сценаріїв батьківських зборів, семінарських занять для вчителів; створення конспектів індивідуальних корекційних занять.

У рамках цього етапу робочою групою супроводу обговорювалися питання залучення інших фахівців (керівників театральних гуртків, вчителів фізкультури), консультування лікарів для допомоги учням в адаптації до навчання. Результати обговорення та вибору стратегій супроводу включали консультування батьків, формулювання рекомендацій і узгодження плану дій з ними.

Третій етап психолого-педагогічного супроводу завершувався створенням програми індивідуальних корекційних занять для першокласників, які мали середній та низький рівень адаптації до навчання, та їхніх батьків [2].

Наступний етап психолого-педагогічного супроводу - корекційно-розвивальна робота. Корекційно-розвивальний етап забезпечує досягнення бажаного результату щодо здійснення психолого-педагогічного супроводу першокласників, виконання плану дій фахівців супроводу у вигляді корекційних і розвивальних занять в індивідуальній та груповій формі. Ця робота в шкільній практиці традиційно орієнтована, перш за все, на пізнавальну, емоційно-особистісну, соціальну сфери психічного життя і самосвідомість дітей [37, с.93].

Корекційно-розвивальна робота в закладі освіти являє собою сукупність психолого-педагогічних впливів, які передбачають або виправлення, або профілактику недоліків і відхилень у розвитку дитини, подолання шкільної дезадаптації, яка може проявлятися на фізіологічному, пізнавальному, соціально-психологічному та особистісному рівні [3, с. 25].

Корекційно-розвивальна робота повинна будуватися не як просте тренування умінь і навичок, не як окремі вправи з вдосконалення психічної діяльності, а як цілісна осмислена діяльність дитини, яка органічно вписується в систему її повсякденних життєвих відносин.

При складанні корекційно-розвивальних програм ми спиралися на наступні принципи: єдності діагностики, корекції і розвитку; пріоритетності корекції причин відхилень перед симптоматичною корекцією; врахування вікових та індивідуально-типологічних особливостей особистості; активного залучення найближчого соціального оточення; комплексності методів, поступового зростання складності, збільшення рівня суб'єктності дитини [74, с. 148].

При розробці програми супроводу процесу адаптації учнів до навчання були використані вправи та корекційно-розвивальні техніки М.Бриль [15], О.Вовчик-Блакитної [20], Н. Бойченко [48] та ін.

Мета корекційно-розвивальної роботи на етапі адаптації дітей до школи: формування і розвиток психічних процесів і навичок дітей, що сприяють успішній адаптації першокласників в ситуації шкільного навчання.

Досягнення цієї мети можливе, як вважають багато фахівців, у процесі реалізації наступних завдань:

1. Формування стійкої навчальної мотивації на тлі позитивної «Я-концепції» дітей, стійкої самооцінки і низького рівня тривожності.
2. Розвиток у дітей соціальних і комунікативних умінь, необхідних для встановлення міжособистісних відносин з однолітками і відповідних рольових відносин з педагогами.
3. Розвиток у дітей когнітивних умінь і здібностей, необхідних для успішного навчання в початковій школі. Комплекс цих умінь і навичок входить до поняття психологічної готовності до школи [13, с.64].

Наприклад, корекційно-розвивальна робота в сфері когнітивного розвитку першокласників може припускати: розвиток сприйняття і сенсорних здібностей; розвиток пізнавальних процесів: уваги, пам'яті, мислення; розвиток уяви і творчих здібностей; становлення понятійного апарату і основних розумових операцій: вміння виділяти суттєві ознаки, аналізу, порівняння, встановлення причинно-наслідкових зв'язків, узагальнення; корекція і розвиток мови і мовних функцій; корекція і розвиток просторової організації, координації рухів і дрібної моторики; розвиток пізнавальної мотивації і т.д. [там само].

Однією з найважливіших проблем психолого-педагогічного супроводу процесу адаптації дітей до школи є проблема прийняття дитиною нової соціальної ролі, розвиток її позитивної Я-концепції, формування стійкої навчально-пізнавальної мотивації. Вирішення цієї проблеми пов'язано з реалізацією наступних завдань корекційно-розвивальної роботи:

- розвиток емоцій і способів безпечного емоційного реагування;
- корекція страхів і зниження тривожності;
- формування позитивного ставлення до школи, навчання;
- вироблення адекватного ставлення до помилок і невдач;
- формування ефективного адаптаційного стилю і здатності долати труднощі;
- формування прагнення до реалізації своїх здібностей та інші завдання [68, с. 83].

З цієї метою нами разом з психологом було проведено 12 корекційно-розвивальних занять для учнів, у яких було виявлено середній та низький рівень адаптації, на такі теми: «Давайте познайомимось», «Я тобі довіряю», «Казкотерапія», «Арт-терапія», «Опрацювання та зниження шкільної тривожності першокласників», «Розрядка шкільної тривожності», «Я і моя сім'я», «Життя в школі», «Наші емоції», «Доброта», «Людина починається з любові», «Чи важко бути добрим?». Програму цих занять та конспекти подано у Додатках Ж, З (Див. Додаток Ж, З).

Значна увага у межах програми соціально-психологічного супроводу процесу адаптації дітей молодшого шкільного віку до навчання повинна надаватися також корекційній роботі з сім'єю.

Паралельно з проведенням корекційно-розвивальних занять, необхідно проводити роботу з батьками у формі індивідуальних або групових консультацій, батьківських зборів, тренінгів батьківської ефективності, спільної організації занять і заходів і т.д.

На будь-якому етапі вікового розвитку дітей загальноосвітня школа і її психолого-педагогічна служба вирішують такі завдання у взаємодії з сім'єю:

1. Діагностика сім'ї, вивчення умов і факторів розвитку дитини в сім'ї.
2. Інформування батьків про діяльність освітнього закладу, його цілі, завдання, програми навчання і виховання, хід та результати педагогічного процесу.

3. Психолого-педагогічна освіта, навчання та виховання батьків, розвиток їх батьківської компетентності.
4. Включення батьків у спільну з педагогами і дітьми діяльність, створення дитячо-дорослих форм спільності.
5. Розвиток ініціативи і суб'єктної позиції батьків, допомога у створенні та організації діяльності громадських формувань батьків.
6. Психолого-педагогічна допомога в корекції факторів сімейного виховання, несприятливих для розвитку дитини [там само].

На початку шкільного навчання, у 1-му класі та під час усього періоду початкової освіти, у педагогів і психологічної служби є досить багато можливостей і шансів налагодити ефективну взаємодію з сім'єю, залучити батьків до психолого-педагогічного супроводу адаптації дітей до школи.

Пріоритетними для вчителя є такі завдання:

- встановлення доброзичливого контакту, створення довірливих стосунків з батьками, які є запорукою того, що зі своїми проблемами, сумнівами і питаннями батьки підуть в школу і до психолога, своїми спостереженнями щиро поділяться;
- підвищення психолого-педагогічної компетентності батьків з тих питань, які найбільш актуальні з точки зору пережитого дітьми періоду розвитку;
- усвідомлення батьками певної відповідальності за те, що відбувається з їхньою дитиною в школі.

Якщо цього вдалося домогтися, можна розраховувати на співпрацю з батьками у вирішенні проблемних для дитини ситуацій.

Що ж стосується форм роботи, вони можуть бути як традиційними (батьківські збори, групові та індивідуальні консультації), так і порівняно новими (батьківські клуби, соціально-психологічні тренінги, психолого-педагогічний театр) [там само].

На початку шкільного навчання в 1-му класі батьківські збори й зустрічі бажано проводити регулярно - приблизно раз на місяць, обговорюючи з

батьками труднощі адаптаційного періоду, розповідаючи про форми підтримки дитини, оптимальні домашні форми рішення шкільних проблем і т.д. У змістовому відношенні коло обговорюваних питань у взаємодії з батьками може бути дуже різноманітним [там само].

Яскравим прикладом інтеграції освітнього процесу, який ґрунтується на співпраці педагога і психолога з батьками, є батьківський клуб «Адаптація дитини до школи», який було створено на базі ЗОШ №1 у м. Мена. Основними цілями створення і організації діяльності батьківського клубу було підвищення психологічної компетентності батьків, що сприяло оптимізації дитячо-батьківських відносин, створенню умов для емпатійно-особистісного спілкування між членами сім'ї, формуванню установки на співпрацю зі школою з метою успішного навчання, виховання і розвитку особистості дитини. Проведення засідань батьківського клубу передбачало вирішення відразу декількох завдань, що виходять з функцій клубу: просвітницької, прогностичної, діагностичної, консультативної, розвивальної, корекційної.

Методи, які використовувалися в роботі клубу «Адаптація дитини до школи»:

- експрес-діагностика емоційних станів, знань, стосунків та цінностей батьків;
- лекції та повідомлення фахівців з заявлених тем (педагог-психолог, логопед, лікар, музичний працівник та інші фахівці);
- експресивні методи творчого самовираження в рухах, у малюнках, у письмових і творчих роботах;
- методи соціально-психологічного і педагогічного тренінгу: дискусійне обговорення різних психологічних проблем і педагогічних ситуацій, психогімнастика, ігрове моделювання, ігри та вправи різної спрямованості, психологічні етюди;
- обмін досвідом у вихованні дітей;
- аналіз продуктів діяльності дітей, результатів педагогічної та психологічної діагностики. [там само].

Нами було проведено 4 засідання батьківського клубу з тем: «Давайте познайомимося ближче. Сім'я і школа - тепер ми разом», «Види батьківської любові. Як насправді любити дитину», «Світ дитини і дорослого (спільна зустріч дітей і батьків)», «Чому дитина буває нещасливою?» (Див. Додаток І).

Досвід організації та здійснення діяльності батьківського клубу показав, що така форма взаємодії з батьками сприяла гармонізації, взаємодоповнюваності впливів дорослих на соціальну ситуацію розвитку школяра, дозволила встановити партнерську зацікавленість один в одному у ставленні педагогів та батьків, пробудила стійкий інтерес батьків не тільки до питань виховання і розвитку дітей, але в цілому до психолого-педагогічного знання, стимулювала прагнення до самопізнання і зміни неефективних батьківських установок.

Як відомо, основний зміст корекційно-розвивальних занять з дітьми, які відчувають труднощі в адаптації, складають ігри та психотехнічні вправи. Саме тому для забезпечення позитивної мотивації дітей до школи, до класу, до вчителів на початку навчального року шкільний психолог в рамках корекційно-розвивальної діяльності провів для усіх учнів ЕГ адаптаційне заняття «Перший раз в перший клас». Основною метою такого заняття було познайомити дітей зі шкільними правилами; зміцнити бажання вчитися, отримувати знання, показати, що знання необхідні; сформувати почуття приналежності у дітей до групи. На даному занятті діти дізналися, що таке шкільний розпорядок дня, що таке шкільні правила і чому їх не можна порушувати, як потрібно поводитися на уроці і на перерві. У процесі такого заняття діти вчилися успішній взаємодії один з одним і з учителем, висловлювати свої думки і почуття, культури поведінки та спілкування [13].

Важливими на цьому етапі було також проведення класоводом та психологом індивідуальних бесід з батьками учнів, які мали низький рівень адаптації. Під час таких зустрічей відбувався подальший збір інформації про умови життя учня, несприятливі біологічні фактори та соціальну ситуацію його розвитку.

Окрім того класовод та психолог під час проведення клубних зустрічей та батьківських зборів здійснювали діагностику сім'ї, вивчення умов і факторів розвитку дитини в сім'ї. Наприклад, нами було проведено батьківські збори зі створенням інформаційних бюлетенів за темою: «Готовність до школи. Поради батькам першокласників», які були спрямовані на психолого-педагогічну освіту, навчання та виховання батьків, розвиток їх батьківської компетентності. Активно обговорювали питання, як спілкуватися з власною дитиною. (Див. Додаток І).

Індивідуальні бесіди з учнями, проведення психолого-медико-педагогічного консилиуму, проведення консультацій з соціальним педагогом, фельдшером, заступником директора, вчителями, які працюють у 1 класах, також спрямовується на пошук індивідуального підходу у вирішенні проблем дезадаптованих учнів, вибір індивідуальної програми їх адаптації до навчання.

Важливим стало проведення психолого-медико-педагогічного консилиуму «Проблеми адаптації першокласників», на якому були присутні представники адміністрації школи, вчителі початкових класів, педагог-психолог, фельдшер школи. У процесі консилиуму відбувся обмін інформацією між усіма його учасниками щодо конкретних учнів і 1-х класів в цілому. Після завершення обговорення розробляли планування стратегії супроводу кожної «проблемної» дитини, заповнювався бланк висновку консилиуму з даним школярем. У даній стратегії супроводу кожен учасник освітнього процесу виконував певні функції.

Останній рефлексивний етап реалізації програми психолого-педагогічного супроводу передбачав проведення моніторингу результатів апробації програми супроводу і осмислення результатів діяльності фахівців супроводу за вирішенням проблем успішної адаптації. На даному етапі проводився аналіз реалізації поставлених завдань, виконання рекомендацій усіма ділянками освітньої траєкторії.

Узагальнено, що основною ідеєю в створенні й розробці даної програми психолого-педагогічного супроводу учнів першого класу є щоденна, систематична, узгоджена, спільна і взаємодоповнююча діяльність педагогів.

Метою реалізації програми психолого-педагогічного супроводу виступає створення оптимальних умов для успішної адаптації учнів першого класу початкової загальної освіти, що сприяють пристосуванню до колективу і процесу навчання, яка буде враховувати індивідуальні особливості, здібності дитини, спрямована на корекцію труднощів і проблем.

Після завершення всіх групових занять з учнями, які мали низький та середній рівень адаптації, психолог провів повторне дослідження усіх першокласників для визначення результатів корекційної роботи. Потім на засіданні робочої групи супроводу було підводено підсумки, відбулося обговорення результатів упровадження програми супроводу, оцінка її ефективності.

Психологом встановлено, що після проведення усіх корекційно-розвивальних заходів стан 5 % дітей ЕГ мало змінився. Узагальнено, що таким дітям потрібно працювати з психотерапевтом, психіатром, невропатологом, тому що може існувати ймовірність того, що причини проблем дитини знаходяться в більш глибоких, серйозних порушеннях розвитку. Незважаючи на те, що корекційна робота з дітьми була завершена, психолог продовжував відстежувати «проблемних» дітей.

Умовами ефективності реалізації програми психолого-педагогічного супроводу визначаємо:

- розуміння і прийняття необхідності психолого-педагогічного супроводу учнів першого ступеня загальної освіти всіма учасниками процесу;
- згода батьків (законного представника) учнів на діагностику, допомогу і корекцію, якщо буде потреба, на етапі звикання, адаптації дитини в загальноосвітньому закладі;

- узгоджені взаємодоповнюючі дії педагогів - вчителів початкових класів, педагогів-психологів, соціальних педагогів, вчителів-логопедів, педагогів додаткової освіти та батьків;

- здійснення передбачених заходів відповідно до прийнятого і затвердженого плану;

- здійснення методичної та інформаційної підтримки; постійне, безперервне ведення робіт з супроводу учнів;

- рефлексія як основа для корекції індивідуального освітнього маршруту.

Структурно етапи програми психолого-педагогічного супроводу представлено в таблиці 1. (Див. Додаток Ж).

Плановані результати програми:

1. Успішна адаптація учнів 1-х класів до процесу шкільного навчання.
2. Формування і розвиток пізнавальних процесів учнів і, як наслідок, підвищення навчальної мотивації і потреби в отриманні знань.
3. Високий рівень професійної компетентності і мотивації педагогів в межах здійснення психолого-педагогічного супроводу.
4. Психолого-педагогічна компетентність батьків з питань адаптації дитини до школи.

Критерії ефективності реалізації програми психолого-педагогічного супроводу:

- позитивна динаміка адаптаційних можливостей і стійкі результати корекційно-розвивальної роботи;

- підвищення рівня пізнавального розвитку і готовності учнів 1-х класів до навчання школі;

- зростання психолого-педагогічної компетентності педагогів, наявність нових ефективних форм роботи з дітьми та батьками;

- зростання психолого-педагогічної компетентності батьків, підвищення активності участі батьківської громадськості в освітньому процесі.

3.2. Оцінка ефективності програми соціально-психологічного супроводу та узагальнення результатів дослідження

З урахуванням установлених у п. 2.1. критеріїв, показників, рівнів шкільної адаптації учнів було проведено контрольний зріз, який спрямовано на визначення ефективності програми соціально-психологічного супроводу у контрольній (КГ) та експериментальній (ЕГ) групах, було здійснено кількісний та якісний аналіз результатів дослідження.

На етапі контрольного експерименту нами був використаний той же діагностичний інструментарій, що і на етапі констатувального експерименту.

Проаналізуємо динаміку рівнів шкільної адаптації дітей за рольовим критерієм організаційного компонента.

У результаті діагностування рівнів шкільної адаптації за рольовим критерієм установлено, що у ЕГ відбулася позитивна динаміка. Кількість дітей з високим рівнем адаптації до навчання у ЕГ зросла на 3% порівняно з кількістю школярів у КГ, де кількість збільшилась лише на 1%; зменшилась кількість опитаних, які мали низький рівень шкільної адаптації у ЕГ (від'ємний приріст у ЕГ - 9% порівняно з КГ, де він був лише -2%).

Динаміка рівнів шкільної адаптації школярів за рольовим критерієм представлена у таблиці 3.1.

Таблиця 3.1.

Динаміка рівнів адаптації до навчання учнів за рольовим критерієм

Рівні	Експериментальна група (у %)		Динаміка (у %)	Контрольна група (у %)		Динаміка (у %)
	Констатувальний етап	Контрольний етап		Констатувальний етап	Контрольний етап	
Високий	21	24	+3	25	26	+1
Середній	54	60	+6	50	51	+1
Низький	24	16	-9	25	23	-2

За даними таблиці 3.1. постає: у 24 % респондентів ЕГ та 26 % КГ повністю сформована внутрішня позиція школяра, оскільки вони позитивно ставляться до школи, тобто мають шкільно – навчальну орієнтацію.

Позитивними було також і зменшення кількості дітей, які мали низький рівень шкільної адаптації в ЕГ (під час констатувального етапу він становив 24%, а під час контрольного - 16%).

При аналізі результатів дослідження за наступним мотиваційним критерієм була виявлена динаміка змін показників навчальної мотивації. Упродовж формувального етапу експерименту сформувалося позитивне ставлення першокласників до школи в цілому, вищим став рівень навчальної мотивації, особливо у ЕГ, де кількість дітей з високим рівнем збільшилась на 7% порівняно з КГ, де приріст був лише на 2%; зменшилась кількість школярів з низьким рівнем феномена у ЕГ (від'ємний приріст був -23,4% у ЕГ порівняно з КГ, де він був -3,2%).

Результати діагностування рівнів шкільної адаптації дітей за мотиваційним критерієм в експериментальній групі перевищили статистичні дані порівняно з контрольною. Різниця збільшення кількості респондентів у ЕГ та КГ високого рівня адаптації склала + 7% в ЕГ та +2 % в КГ; середнього рівня стало 58% (приріст +16,4%) в ЕГ порівняно з КГ, де цей показник становив 47% (приріст склав + 1,2%).

Як бачимо, виявилася наступна тенденція в ЕГ: невелике збільшення числа учнів з високим рівнем мотивації - до 24% в ЕГ, зростання кількості дітей з середнім рівнем навчальної мотивації - до 58%, скорочення числа першокласників з низьким рівнем мотивації - до 18 %.

Динаміка рівнів шкільної адаптації учнів за мотиваційним критерієм відображена у таблиці 3.2.

Таблиця 3.2.

Динаміка рівнів шкільної адаптації учнів за мотиваційним критерієм

Рівні	Експериментальна група (у %)		Динаміка (у %)	Контрольна група (у %)		Динаміка (у %)
	Констатувальний етап	Контрольний етап		Констатувальний етап	Контрольний етап	
Високий	17	24	+7	21	23	+2

Середній	41,6	58	+16,4	45,8	47	+1,2
Низький	41,4	18	-23,4	33,2	30	-3,2

Аналіз даних таблиці 3.2. засвідчив, що 24 % опитаних ЕГ та 23% КГ відрізнялися високим рівнем пізнавальних мотивів.

Аналіз кількісних та якісних даних засвідчив ефективність програми психолого-педагогічного супроводу адаптації учнів до школи.

Проаналізуємо динаміку рівнів сформованості шкільної адаптації за емоційним критерієм, подану в таблиці 3.3.

Таблиця 3.3.

Динаміка рівнів адаптації до навчання дітей за емоційним критерієм

Рівні	Експериментальна група (у %)		Динаміка (у %)	Контрольна група (у %)		Динаміка (у %)
	Констатувальний етап	Контрольний етап		Констатувальний етап	Контрольний етап	
Високий	22,2	24	+1,8	22,2	23,5	+1,3
Середній	54,1	59,7	+5,6	49,9	51	+1,1
Низький	22,2	16,3	-7,4	27,8	25,5	-2,4

Аналіз даних таблиці 3.3. засвідчує, що 24 % школярів ЕГ та 23,5% КГ мають низький рівень тривожності, високий рівень комфортного емоційного самопочуття та адекватний рівень самооцінки (на констатувальному етапі експерименту ці показники становили 22,2% в ЕГ та 22,2 % у КГ).

Результати шкільної адаптації за емоційним критерієм в ЕГ перевищили дані КГ. Різниця збільшення кількості учнів, у яких констатовано високий рівень феномена, в ЕГ склала +1,8 % та + 1,3 % у КГ; із середнім рівнем + 5,6 % у ЕГ та + 1,1 % у КГ.

Проаналізуємо динаміку рівнів сформованості шкільної адаптації учнів за поведінковим критерієм, представлену у таблиці 3.4. Більшість дітей нашої вибірки (82% ЕГ) здатні доволно вибудувувати контакти з однолітками в школі, однак у 18% дітей відзначаються труднощі у налагодженні контактів з однолітками в школі, що може впливати на зниження навчальної мотивації і ускладнювати адаптацію до школи.

Таблиця 3.4.

Динаміка рівнів шкільної адаптації молодих школярів за поведінковим критерієм

Рівні	Експериментальна група (у %)		Динаміка (у %)	Контрольна група (у %)		Динаміка (у %)
	Констатувальний етап	Контрольний етап		Констатувальний етап	Контрольний етап	
Високий	16,6	19	+2,4	12,5	13	+0,5
Середній	58,3	63	+4,7	50	51	+1
Низький	25,1	18	-7,1	37,5	36	-1,5

З таблиці 3.4. постає: 19% учнів ЕГ та 13% КГ мають високий рівень готовності до нової діяльності, здатні керувати своєю поведінкою порівняно з показниками констатувального етапу експерименту, де вони становили 16,6% в ЕГ та 12,5% у КГ.

Результати адаптації до навчання за поведінковим критерієм в ЕГ перевищили дані КГ. Різниця приросту кількості учнів, у яких зафіксовано високий рівень феномена, у ЕГ склала + 2,4%, у КГ - + 0,5 %; із середнім рівнем + 4,7% у ЕГ та + 1 % у КГ.

Отже, помітною є така тенденція в ЕГ: невелике збільшення числа дітей з високим рівнем адаптації - до 19% в ЕГ, зростання кількості школярів з середнім рівнем - до 63%, скорочення числа першокласників з низьким рівнем до 18 %.

Окрім того виявлено 18 % дітей ЕГ та 36 % КГ, які мали труднощі в адаптації: недовіру до нових людей, речей, ситуацій; депресивний стан; уникнення контакту з людьми, самоусунення; тривожність у ставленні до дорослих; ворожість до дорослих; асоціальність; ворожість до дітей; невгамовність; емоційне напруження; невротичні симптоми.

За результатами проведення констатувального та контрольного етапів дослідження створено таблицю 3.5, яка містить порівняльні дані щодо динаміки рівнів сформованості шкільної адаптації учнів.

Таблиця 3.5.

Порівняльний аналіз результатів дослідження шкільної адаптації першокласників

Рівень адаптації		Експериментальна група		Контрольна група	
		до експерименту	після експерименту	до експерименту	після експерименту
Високий	абс. значення	4	6	5	5
	у %	19,2	22,7	20,2	21,3
Середній	абс. значення	13	16	12	13
	у %	52	60,1	48,9	50
Низький	абс. значення	7	3	7	6
	у %	28,2	17	30,9	28,6

Дані таблиці 3.5 дають змогу стверджувати, що у експериментальній та контрольній групах відбулися такі зміни: у ЕГ виявлено 22,7% школярів (на констатувальному етапі – 19,2%) з високим рівнем адаптації; з середнім рівнем зафіксовано 60,1% дітей (за даними констатувального етапу - 52%); з низьким - 17 % (на констатувальному етапі – 28,2%); у КГ: з високим рівнем – 21,3% респондентів (за даними констатувального етапу – 20,2%); з середнім рівнем - 50% учнів (на констатувальному етапі – 48,9%); з низьким – 28,6% опитаних (під час констатувального етапу – 30,9%).

Ці результати дають можливість зробити висновок, що в ЕГ, де реалізували програму психолого-педагогічного супроводу, не тільки не спостерігалось падіння інтересу до навчальної діяльності, а навпаки, відзначалось його зростання упродовж 3 місяців навчального року. У класі з традиційною системою навчання рівень навчальної мотивації, готовності до нової діяльності, здатності керівництва своєю поведінкою теж виріс у дітей з негативним ставленням до школи, але неістотно.

Висновки до розділу 3

Отже, контрольний експеримент дозволив установити тенденцію до зменшення кількості дітей із середнім і низьким рівнями адаптації та відповідно збільшення кількості дітей з високим рівнем адаптації. З урахуванням виявлення зменшення кількості дітей з середнім і низьким рівнями адаптації до школи встановлено ефективність програми психолого-педагогічного супроводу. Зокрема встановлено: у ЕГ виявлено 22,7% школярів з високим рівнем адаптації (на констатувальному етапі – 19,2%); з середнім рівнем зафіксовано 60,1% дітей (за даними констатувального етапу – 52%); з низьким – 17 % (на констатувальному етапі – 28,2%); у КГ відбулися незначні зміни: з високим рівнем – 21,3% респондентів (за даними констатувального етапу – 20,2%); з середнім рівнем – 50% учнів (на констатувальному етапі – 48,9%); з низьким – 28,6% опитаних (під час констатувального етапу – 30,9%).

Покращення показників адаптації обумовлюється, на наш погляд, використанням програми занять психолого-педагогічного супроводу на етапі адаптації першокласників до школи. Програма представлена поетапно, починаючи з організації наступності між дитячим садком і початковою школою, потім більш детально представлена безпосередня робота всіх суб'єктів навчально-виховного процесу (учні, батьки, педагоги, психолог). На кожному етапі позначені проблеми адаптації, сформульовані завдання, відображені напрямки і види педагогічної діяльності, зафіксований планований результат, вказані приблизні терміни реалізації програми.

Якісний аналіз результатів дослідження показав, що робота за запропонованою програмою дозволила істотно підвищити у дітей активність і самостійність у виборі різних ігор та вправ; підвищити рівень довільної регуляції поведінки; послабити внутрішню напруженість; поліпшити показники, пов'язані з комунікативною стороною спілкування.

ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ

Теоретичний аналіз та експериментальна перевірка ефективності створеної програми психолого-педагогічного супроводу адаптації першокласників до навчання в школі уможливили такі висновки:

1. Під адаптацією ми розуміємо не тільки пристосування дитини до успішного функціонування в даному середовищі (пристосування до нової системи відносин, соціальних умов, нових вимог, видів діяльності, режиму життєдіяльності і т.д., причому, без серйозних внутрішніх втрат, погіршення самопочуття, настрою, самооцінки), але і здатність до подальшого психологічного, особистісного, соціального розвитку.

Шкільну адаптацію науковці тлумачать по-різному:

- як момент становлення і розвитку особистості, її потреби в персоналізації, реалізованій в конкретній діяльності, у конкретній соціальній ситуації (А.Петровський);

- як входження учня в нову для нього життєву ситуацію, у процесі якої змінюється психічний образ середовища (і самого суб'єкта в цьому середовищі), формуються нові мотиви й потреби, нові цілі, формуються особистісні смисли, адекватні змісту навчальної діяльності (М.Максимова);

- як процес стимулювання в учня осмислення необхідності виконувати навчальні та соціальні вимоги, приймати на себе рольові обов'язки школяра з формуванням певних установок, особистісних властивостей; як процес пристосування дитини до розвитку, коли вона відчуває себе в конкретному шкільному середовищі автором свого життя, у неї сформовані психологічні властивості й уміння, що дозволяють їй відповідати вимогам і нормам, у неї сформована здатність розвиватися в цьому середовищі, реалізувати свої потреби, не вступаючи у суперечності із середовищем (М.Бітянова).

За О.Саньковою, шкільна адаптація - це складний і тривалий процес пристосування дитини до школи, який йде за декількома напрямками: психофізіологічна адаптація (перебудова організму дитини своїх функцій відповідно до вимог зовнішнього середовища); соціальна адаптація

(включення дитини в нову соціальну ситуацію, активне пристосування її до умов соціального середовища); психологічна адаптація (пристосування психічної діяльності, особистості дитини до умов шкільного навчання). Ці види адаптації взаємодіють і можуть проявлятися одночасно.

У процесі дослідження з'ясовано, що в даний час сформувалися різні методологічні основи, підходи в розумінні й поясненні такого складного соціально-педагогічного явища, як шкільна дезадаптація.

Ми тлумачимо шкільну дезадаптацію за І. Якиманською (соціально-педагогічний підхід) як частину соціальної адаптації та неадекватний механізм пристосування дитини до школи, що виражається в порушенні нею навчання і поведінки, конфліктних відносинах, психогенних захворюваннях, підвищеному рівні тривожності, викривленні в особистісному розвитку.

На підставі робіт психологів, педагогів, психіатрів, соціологів нами виокремлено складові шкільної дезадаптації, які піддаються корекції педагогічними методами:

- соціально-психологічна дезадаптація - неузгодженість між вимогами шкільного середовища і можливостями учнів їм відповідати;
- психологічна дезадаптація - невідповідність рівня розвитку пізнавальної сфери та здібностей дитини вимогам шкільного навчання;
- навчальна дезадаптація - неуспішність дитини в освоєнні загальноосвітніх програм внаслідок недостатнього розвитку навичок навчальної діяльності.

2. Шкільна адаптація – складний феномен інтегративного характеру, який складається з 4 компонентів: організаційного, навчально-мотиваційного, психологічного та соціального.

Організаційний компонент адаптації передбачає пристосування дитини до нової системи організації життя: до нових вимог, правил, режиму дня, обов'язків, статусу. **Критерієм цього складника шкільної адаптації вважаємо готовність першокласника до прийняття нової соціальної позиції школяра та називаємо його рольовим.** Показниками адаптованості

цього критерію можуть виступати: сформованість позиції школяра і прийняття дитиною шкільних правил. Перший означає сформованість позитивного ставлення до школи, навчання, пізнання як до радості відкриття, прагнення до соціально-нормованих форм поведінки, до оволодіння соціально значущими знаннями та вміннями. Другий – це готовність до нових обов'язків, відповідальність перед школою, вчителем, класом.

Навчально-мотиваційний складник адаптації передбачає можливість на початку навчання дитини в школі зайняти нову для неї життєву позицію і перейти до виконання суспільно значущої навчальної діяльності. **Критерієм шкільної адаптації цього складника є мотиваційний**, який визначає мотивацію до навчання школярів. Показниками мотиваційного критерію є такі: міра оволодіння навчальною діяльністю і задоволеність нею.

Психологічний компонент адаптації учня до навчання у школі характеризується станом психічного здоров'я першокласників. **Критерієм даного компонента є емоційний**, а показниками визначено такі: характеристика рівня тривожності, емоційний стан дитини в різних шкільних ситуаціях, самооцінка.

Соціальний компонент шкільної адаптації акумулює особливості поведінки дитини в школі: установлення контактів з учнями та вчителем. **Критерієм цього компонента визначено поведінковий**, який характеризується особливостями поведінки дитини в соціальному шкільному середовищі. Основними показниками даного критерію шкільної адаптації є ставлення учня до інших та рівень засвоєння ним шкільних норм поведінки.

Порівняння показників організаційного, соціального, навчально-мотиваційного, психологічного компонентів адаптації до навчання уможливив виокремлення 3 рівнів адаптації: високий, середній та низький (або дезадаптація).

3. Відповідно до мети та завдань нашої роботи було проведено дослідження психолого-педагогічного супроводу першокласників в

адаптаційний період. Вибірку склали 48 першокласників по 24 особи в КГ та ЕГ загальноосвітнього закладу №1 м. Мени.

Аналіз компонентів розвитку шкільної адаптації учнів на початку навчального року дав змогу установити, що у першокласників домінує середній рівень феномена (48,9% КГ та 52 % ЕГ). Високий рівень констатовано у 20,2% КГ та 19,2 % ЕГ опитаних; низький рівень - у 30,9% учнів КГ та 28,2 % ЕГ.

4. На формувальному етапі дослідно-експериментальної діяльності з урахуванням даних констатувального експерименту, а також на основі проведеного теоретичного аналізу, нами була розроблена і апробована програма психолого-педагогічного супроводу першокласників в адаптаційний період.

Очікувані результати впровадження програми психолого-педагогічного супроводу адаптації школярів до навчання: фізичне, психічне здоров'я дітей; розвиток їх когнітивної сфери, комунікативних умінь та емоційно-вольової сфери; формування стійкої мотивації до навчання та адекватної самооцінки; розвиток обізнаності батьків у питаннях адаптації дітей до навчання; підвищення психолого-педагогічної компетентності вчителів у наданні підтримки дітям, врахування індивідуальних особливостей учнів та профілактика дезадаптації. Розроблена нами програма психолого-педагогічного супроводу оптимізації адаптації молодших школярів до навчання ґрунтується на ідеях Л.Талдонової, яка до найважливіших напрямів оптимізації адаптації відносить діагностичну, корекційно-розвивальну роботу, консультативно-просвітницьку діяльність.

Програма супроводу передбачала 5 етапів: попередній етап, який передбачав організацію наступності між дитячим садком і початковою школою; другий етап – діагностичний; наступний - консультативно-просвітницька та науково-методична робота; етап корекційно-розвивальної роботи та рефлексивний етап. Програма супроводу була практично спрямованою на розвиток потенцій адаптивних механізмів поведінки

молодших школярів шляхом виконання ігрових вправ та тренінгових занять. При розробці програми супроводу процесу адаптації учнів до навчання були використані вправи та корекційно-розвивальні техніки М.Бриль [15], О.Вовчик-Блакитної [20], Н. Бойченко [48] та ін.

5. На етапі контрольного експерименту був реалізований комплекс методів для оцінки ефективності нашої програми. Контрольний експеримент дозволив установити тенденцію до зменшення кількості дітей із середнім і низьким рівнями адаптації та відповідно збільшення кількості дітей з високим рівнем адаптації. З урахуванням виявлення зменшення кількості дітей з середнім і низьким рівнями адаптації до школи встановлено ефективність програми психолого-педагогічного супроводу. Зокрема встановлено: у ЕГ виявлено 22,7% школярів з високим рівнем адаптації (на констатувальному етапі – 19,2%); з середнім рівнем зафіксовано 60,1% дітей (за даними констатувального етапу - 52%); з низьким - 17 % (на констатувальному етапі – 28,2%); у КГ відбулися незначні зміни: з високим рівнем –21,3% респондентів (за даними констатувального етапу –20,2%); з середнім рівнем - 50% учнів (на констатувальному етапі – 48,9%); з низьким – 28,6% опитаних (під час констатувального етапу – 30,9%).

Покращення показників адаптації обумовлюється, на наш погляд, використанням програми занять психолого-педагогічного супроводу на етапі адаптації першокласників до школи. Програма представлена поетапно, починаючи з організації наступності між дитячим садком і початковою школою, потім більш детально представлена безпосередня робота всіх суб'єктів навчально-виховного процесу (учні, батьки, педагоги, психолог). На кожному етапі позначені проблеми адаптації, сформульовані завдання, відображені напрямки і види педагогічної діяльності, зафіксований планований результат, вказані приблизні терміни реалізації програми.

Отримала підтвердження ефективність розроблена і експериментально перевірена програма організації адаптаційного періоду в перших класах. Запропонована програма з підвищення середнього і низького рівнів адаптації

складалася з трьох взаємодоповнюючих блоків: робота з учителем, робота з батьками, власне робота з дітьми.

Установлено основні складові успішного втілення програми психолого-педагогічного супроводу процесу адаптації першоласників до навчання, які передбачають створення психологічно сприятливого освітнього простору та корекційно-розвивального соціального середовища, що сприятиме здійсненню процесу розвитку особистості та розвиватиме здібності до прояву, використання ресурсів адаптації; умов, які забезпечують нормативний рівень розвитку самоконтролю та саморегуляції, інтелектуальних та предметних умінь та навичок, дотримання норм поведінки під час виконання різних соціальних ролей; здатності фахівців добирати засоби і методи, спрямовані на формування умінь включати дитину у різні творчі види діяльності та комунікації; спонукання батьків до створення комфортних стосунків у сім'ї.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Абульханова-Славская К. А. Стратегия жизни. Москва.: Мысль, 1991. 229 с.
2. Адаптація дітей до навчання у школі в діяльності психологічної служби: методичні рекомендації / за наук. ред. В.Г. Панка. Електрон. дані. Київ, Український НМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2013. 1 електрон. опт. диск (CD-ROM), 12 см.
3. Александровская Э. М. Психологическое сопровождение школьников: учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений / Э. М. Александровская, Н. И. Кокуркина, Н. В. Куренкова. Москва.: Академия, 2002 (ГУП Саратов. полигр. комб.). 206 с.
4. Амбалова С.А. Проблемы и механизмы проявления тревожности учащихся младших классов. *Балтийский гуманитарный журнал*. 2016. Т. 5. №3 (16).С. 86–89.
5. Ананьев Б. Г. Избранные психологические труды: в 2-х т. Москва.: Педагогика, 1980. Т. 1. 232 с.
6. Балл Г. А. Понятие адаптации и его значение для психологии личности. *Вопросы психологии*. 1989. № 1. С. 92– 100.
7. Безруких М. М. Трудности адаптации первоклассников к школе. *Управление начальной школой*. 2011. №8. С. 24 –31.
8. Безруких М. Почему учиться трудно? / М. Безруких, С. Ефремова, Б. Круглов. Москва.: Семья и школа, 2017. 310 с.
9. Беличева С.А. Диагностика школьной дезадаптации. Москва.: Редакционно-издательский центр «Социальное здоровье», 2011. 127 с.
10. Березин М. А. Психическая и социально-психологическая адаптация: проблемы теории и практики. *Тематический сборник научных трудов*. Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2012. 155 с.
11. Березин Ф. Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека. Москва.: Наука, 1988. 270 с.

12. Бех І. Д. Виховання особистості: у 2-х кн. Кн. 2. Особистісно орієнтований підхід: науково-практичні засади. Київ. : Либідь, 2003. 344 с.
13. Битянова М. Р. Адаптація ребенка в школе: діагностика, корекція, педагогическая поддержка. Москва. : Владос, 2002. 112 с.
14. Білан Т. М. Соціальна адаптація як компонент соціалізації дитини. Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді. 2009. Вип. 13. Кн. 1. С. 38 – 43.
15. Бриль М. М. Соціально-психологічний тренінг як форма занять з молодшими школярами в умовах дитячої медіа студії. Теоретичні і прикладні проблеми психології: зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля. Сєвєродонецьк: Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2019. № 3 (50). С. 23 – 29.
16. Буров А. В. Корреляционный анализ взаимосвязей между индивидуально-психологическими особенностями детей и показателями адаптации к школьному обучению. *Концепт*. 2014. № 7. С. 101 – 105.
17. Бусыгина А. Л. Исследование показателей социальной адаптации детей младшего школьного возраста в условиях образовательного учреждения / А. Л. Бусыгина, И. В. Архипова, Т. А. Фирсова. *Baltic Humanitarian Journal*. 2018. Т. 7. № 2 (23). С. 204 – 208.
18. Вайзер Г. А. Отстающие в учении школьники (проблемы психического развития). Москва.: Педагогика, 1986. 204 с.
19. Варламова, А.Я. Школьная адаптация подростков. Волгоград: Изд-во ВолГУ, 2011. 144 с.
20. Вовчик-Блакитна О.О. Індивідуальні особливості емоційного розвитку дитини: стратегії педагогічного супроводу. *Практична психологія та соціальна робота*. 2006. № 4. С. 1 – 3.
21. Волянська О.В. Соціальна психологія / О.В. Волянська, А.М. Ніколаєвська. Київ.: Знання, 2008. 275 с.

22. Вострокнутов Н.В. Школьная дезадаптация: ключевые проблемы диагностики и реабилитации. Школьная дезадаптация: эмоциональные и стрессовые расстройства у детей и подростков. 1995. С. 8 – 10.
23. Выготский Л.С. Вопросы детской (возрастной) психологии. Собр. соч. Т. 4. Москва.: Педагогика, 1984. С. 244 – 376.
24. Гагай, В. В., Гринева, К. Ю. Особенности школьной адаптации первоклассников как трудной жизненной ситуации для детей и родителей. *Педагогика и психология*. 2013. № 2. URL: <http://cyberleninka.ru> (дата звернения: 31.06.2021).
25. Голованова Н.Ф. Социализация и воспитание ребенка. Санкт-Петербург.: Речь, 2004. 272 с.
26. Гольцова Л. Н. Взаимосвязь самооценки и учебной мотивации в процессе адаптации первоклассников к школе: автореф. дисс. ... канд. псих. наук. спец.: 19.00.13. Москва, 2005. 24 с.
27. Горбунова В. В. Взаимосвязь психолого-социальных и физиологических показателей школьной адаптации на начальном этапе обучения. Индивидуальность растущего человека в условиях современной школы / под ред. Б.А. Вяткина. Пермь, 2015. С. 174–193.
28. Григорьева М. В. Структура мотивов учения младших школьников и ее роль в процессе школьной адаптации. *Начальная школа*. 2009. № 1. С. 8–9.
29. Гуржий О.В. Соціально-психологічні чинники адаптаційних розладів у дітей дошкільного віку та їх корекція: дис... канд. психол. наук. спец.: 19.00.05. Луганськ, 2013. 225 с.
30. Гуткина, Н. И. Психологическая готовность к школе. Москва.: Академический Проект, 2010. 184 с.
31. Давиденко В.Н. Адаптивно-оздоровительная и развивающая направленность средств физической культуры в режиме дня младших школьников: дис. ... канд. пед. наук. спец.: 13.00.04. Тула, 2009. 151 с.

32. Данилова Е.Е. Первоклассники. *Школьный психолог*. 2002. № 6. – С. 14.
33. Диагностика школьной дезадаптации / Под ред. С.А. Беличевой, И.А. Коробейникова. Москва.: Социальное здоровье, 2003. 204 с.
34. Дорожевец Т.В. Изучение школьной дезадаптации. Витебск: Знание, 2005. 182 с.
35. Дрягалова, Е. А. Психолого-педагогическое сопровождение процесса адаптации первоклассников к школе: автореф. дис... канд. псих. наук. спец: 19.00.07. Нижний Новгород, 2010. 24 с.
36. Дубровина И. В. Практическая психология образования. Санкт-Петербург.: Питер, 2004. 592 с.
37. Завацька Н.Є. Особливості соціальної підтримки в осіб з різним ступенем соціальної адаптації. Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Ін-ту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України. 2010. Т. 8. Вип. 7. С. 90 – 105.
38. Завражнов В.В. Психолого-педагогические аспекты проблемы адаптации младших школьников к условиям обучения в школе / В.В. Завражнов, М.В. Чагина. *Молодой ученый*. 2017. № 49. С. 422 – 424.
39. Запорожец А.В. Избранные психологические труды: в 2-х т. Т. 1. Психическое развитие ребенка. Москва.: Педагогика, 1986. 320 с.
40. Зеленова М.Е. Адаптация к начальной школе. *Психологическая наука и образование*. 2014. № 3. С. 22-24.
41. Иовчук Н. М. Депрессия у детей и подростков. *Лечебная педагогика и психология. Приложение к журналу «Дефектология»*. 1999. Вып. 2. С. 90–93.
42. Истратова О.Н. Справочник психолога начальной школы. изд. 6-е. Ростов-на-Дону.: Феникс, 2008. 442 с.
43. Інтегративно-особистісний підхід у психологічній науці та практиці : монографія / Г.О. Балл, О.В. Губенко, О.В. Завгородня та ін.; за ред. Г.О. Балла. Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2012. 206 с.

44. Каган В.Е. Психогенные формы школьной дезадаптации. Вопросы психологии. 1984. № 4. С. 89 – 95.
45. Казакова Е.В. Диагностика социальной адаптации первоклассников / Е.В. Казакова, Е.Н. Шолохова. *Международный студенческий научный вестник*. 2017. № 4-5. С. 67 – 77.
46. Казанская В. Подросток: социальная адаптация: кн. для психологов, педагогов и родителей. Санкт-Петербург.: Питер, 2011. 288 с.
47. Казначеев В. П. Адаптация и конституция человека. Новосибирск: Наука, 1986. 120 с.
48. Комплексна програма «Адаптація першокласників до навчання в школі» / укл. Бойченко Н. М. Івано-Франківськ, 2015. 30 с.
49. Костина Л.М. Адаптация первоклассников к школе путем снижения уровня их тревожности. *Вопросы психологии*. 2004. № 1. С. 137 – 143.
50. Кочергова С.А. Психокоррекция и профилактика дезадаптации младших школьников. *Психологическая наука и образование*. 2011. № 1. С. 3 – 15.
51. Лебедев В. И. Личность в экстремальных условиях. Москва.: Политиздат, 1989. 304 с.
52. Лебединская К. С. Подростки с нарушениями в аффективной сфере: клинико-психологическая характеристика «трудных» подростков. Москва.: Педагогика, 1988. 165 с.
53. Лифинцева А. А. Особенности социально-психологической адаптации к школе детей с хроническими соматическими заболеваниями: автореф. дис. ... канд. псих. наук. спец.: 19.00.13. Москва, 2005. 24 с.
54. Лусканова Н.Г. Диагностические аспекты проблемы школьной дезадаптации у детей младшего школьного возраста / Н.Г. Лусканова, И.А. Коробейников. Москва. : Социальное здоровье, 1993. С. 6 – 18.

55. Лютова Е. К., Моница Г. Б. Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми. Шпаргалка для родителей. Санкт-Петербург.: Речь, 2007. 136 с.
56. Маклаков А. Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях. *Психологический журнал*. 2001. Т. 22. № 1. С. 16-24.
57. Максимова М. В. Психологические условия школьной адаптации, 1–3 классы: дис. ... канд. психол. наук. Москва., 1994. 262 с.
58. Налчаджян А. А. Социально-психологическая адаптация личности (формы, механизмы и стратегии). Ереван: Изд-во АН АрмССР, 1988. 263 с.
59. Немов Р.С. Психология. Учебник для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. 4-е изд. Москва: ВЛАДОС, 2003. 693 с.
60. Нижегородцева Н.В. Психолого-педагогическая готовность ребенка к школе / Н.В. Нижегородцева, В.Д. Шадриков. Москва.: Владос, 2001. 256 с.
61. Никифорова О. А. Психолого-педагогические и медико-физиологические аспекты школьной адаптации: учебное пособие. Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2011. 95 с.
62. Нисская А.К. Особенности адаптации к школе современных первоклассников. *Вестник МГОУ. Серия: Психологические науки*. 2012. № 3. С. 55 – 62.
63. Новикова Е.В. Особенности общения и проявления школьной дезадаптации у школьников. Общение и формирование личности школьника. Москва. : Наука, 2007. С. 32 – 40.
64. Овчарова Р. В. Взаимодействие семьи, детского сада и школы в предупреждении педагогической запущенности детей. Москва.: Ин-т развития личности, 1994. 226 с.
65. Парыгин Б. Д. Основы социально-психологической теории. Москва.: Мысль, 1971. 351 с.

66. Петровский А.В. Проблема развития личности с позиций социальной психологии. *Вопросы психологии*. 1984. № 4. С. 15 – 30.
67. Попова Т. А., Иванова Е.В. Особенности и динамика адаптации, самооценки и учебных мотивов в первый год обучения в школе. *ВЕСТНИК ПГГПУ. Серия № 1. Психологические и педагогические науки*. 2018. С. 66-75.
68. Психолого-педагогическое сопровождение адаптационного периода первоклассника: учебно-методическое пособие / сост. Л. Н. Румянцева. Южно-Сахалинск: СахГУ, 2012. 136 с.
69. Ромм М. В. Адаптация личности в социуме. Теоретико-методологический аспект. Новосибирск: Наука, 2002. 275 с.
70. Санькова О. А. Психолого-педагогические условия адаптации детей младшего школьного возраста к обучению в начальной школе: автореф. дис. ... канд. пед. наук. спец.: 13.00.01. Москва, 2006. 23 с.
71. Соловьева Д.Ю. Факторы адаптации первоклассников в школе. *Вопросы психологии*. 2012. № 4. С. 23 – 31.
72. Співак Л. М. Діагностика і корекція «Я-концепції» молодших школярів з низьким рівнем навчальних досягнень: навчальний посібник для студ. вузів. Вид. 2-е, доп. К: Каравела, 2011. 223 с.
73. Сундеева Л.А., Шейкина Е.А. К вопросу о детской тревожности и страхе. *Балтийский гуманитарный журнал*. 2017. Т. 7. №4 (21). С. 410–412.
74. Талдонова Л. О. Соціально-психологічні особливості адаптації молодших школярів з обмеженими можливостями до навчання: дис. ... канд. псих. наук. спец.: 19.00.05. Сєверодонецьк, 2020. 246 с.
75. Тихомирова Є. Т. Соціальна педагогіка. Самореалізація школярів у колективі. М.: Академія, 2008. 144 с.
76. Фролова Л.Б. Психологічний вплив дитячо-батьківських відносин на соціальну адаптацію молодших школярів: автореф. дис. ... канд. псих. наук. спец.: 19.00.05. Сєверодонецьк, 2019. 23 с.
77. Шаповаленко И.В. Психология развития и возрастная психология: учебник и практикум для академического бакалавриата. М.: Юрайт. 2016. 186

78. Шорохова Е. В., Бодалев А. А., Бобнева М. И. Социальная психология личности. М.: Наука, 1979. 344 с.

79. Якиманская И. С. Личностно ориентированное обучение в современной школе. М.: Педагогика, 1996. 139 с.

80. Ясюкова Л.А. Методика определения готовности к школе. Прогноз и профилактика проблем обучения в начальной школе. Санкт-Петербург.: Иматон, 1999. 146 с.

ДОДАТКИ

Додаток А

Методика Т.А. Нежної «Бесіда про школу»

Мета: виявлення сформованості внутрішньої позиції школяра, його мотивації навчання.

Оцінювані універсальні навчальні дії: дії, спрямовані на визначення свого ставлення до школи і шкільної дійсності; дії, що визначають зміст навчання.

Вік: 6,5-8 років.

Метод оцінювання: індивідуальна бесіда з дитиною.

Опис завдання: дитина повинна відповісти на питання.

Психолог дає дитині інструкцію: «Я буду розповідати історії про дві школи, школу А і школу Б, а ти повинен самостійно вибрати, яка школа більше подобається (за даною методикою дитина повинна обрати за потрібною буквою А і Б прийнятний тип школи). Але в даній технології педагог сам зазначає вибір дитини в бланку питань, так як бесіда проводиться індивідуально і психолог може уточнити вибір дитини чи повторити питання або варіанти відповідей при необхідності, що дозволяє виключити помилку у відповідях дитини, пов'язану з нерозумінням.

Завдання:

1. У школі А розклад уроків у першому класі такий: кожен день бувають уроки читання, математики, письма, а уроки малювання, фізкультури, музики - не кожен день. А в школі Б все навпаки: кожен день буває фізкультура, музика, малювання, а читання, письмо і математика рідко - по одному разу на тиждень. У якій школі ви хотіли б навчатися?

2. У школі А не роблять зауважень, якщо встанеш під час уроків, поговориш з сусідом, вийдеш з класу без дозволу. А в школі Б від першокласника строго вимагають, щоб він уважно слухав вчителя і робив все, що він говорить, не розмовляв на уроках, піднімав руку, якщо треба щось сказати або вийти. У якій школі ви хотіли б навчатися?

3. У школу А діти повинні ходити кожен день, а в школу Б ходять тільки, коли хочуть. У якій школі ви хотіли б навчатися?

4. У школі А діти носять різний одяг, шкільної форми у них немає, а в школі Б всі діти носять шкільну форму.

5. У школі А діти приходять в клас, і їх всіх вчить одна вчителька, а в школі Б вчителька може приходити до учня додому і вчити його одного всьому, чого навчають у школі.

6. У школі А дітей вчать вчителі, а в школі Б уроки часто проводять мами учнів: вони їм що-небудь читають, показують або розповідають.

7. У школі А першокласникам ніколи не ставлять оцінок, але завжди пояснюють, що зроблено правильно, а що неправильно. А в школі Б дітям за виконання завдань ставлять позначки.

8. У школі А діти на уроках дізнаються багато нового і мало граються, а в школі Б багато граються, а нового дізнаються мало.

9. У школі А читають різні книжки і дивляться мультфільми, а в школі Б вчать за підручниками.

10. У школі А часто читають казки, а в школі Б дітям казки читають рідко, проте часто розповідають про інші країни, про природу, про те, як що влаштовано - про те, що буває насправді.

11. У школі А у кожного учня є щоденник, куди вчитель ставить позначки, і учень обов'язково показує щоденник батькам. А в школі Б щоденників немає, дітям і батькам розповідають, як учень навчається, що у нього виходить і що не виходить.

Обробка результатів

Відповіді учнів співставляють з ключем:

Мотивація	№ питання										
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Навчально-пізнавальна	А					А		А	Б	Б	Б

Зовнішня позиційна		Б	А	Б	А						
Орієнтована на оцінку							Б				А
Ігрова	Б	А	Б	А	Б	Б	А	Б	А	А	

2. Підраховується загальна кількість відповідей, що свідчать про переважання навчальної або «дошкільної» мотивації.

Інтерпретація результатів

1. Переважання у відповідях ігрової дошкільної мотивації свідчить про несформованість навчальної мотивації, про орієнтацію дитини на дошкільні види діяльності. (низький рівень).

2. Сумарне переважання трьох типів відповідей, що характеризують навчально-пізнавальну (засновану на бажанні дізнатися, навчитися, тобто на пізнавальну потребу) і позиційну мотивацію (пов'язану з зовнішньою атрибутикою навчання, «позицією учня»), а також орієнтацію на оцінку свідчить про наявність у дитини навчальної мотивації різного типу. (середній рівень).

3. Сумарне переважання типів відповідей, що характеризують навчально-пізнавальну (засновану на бажанні дізнатися, навчитися, тобто на пізнавальну потребу) мотивацію, свідчить про її високий рівень.

Співвідношення числа відповідей, які стосуються кожної категорії мотивів, дозволяє уявити «мотиваційний профіль» школяра.

Додаток Б

Анкета для оцінки рівня шкільної мотивації (Н. Лусканова)

Мета: визначення рівня мотивації учнів початкової школи до навчання.

Метод оцінювання: індивідуальна бесіда з дитиною.

1. Тобі подобається у школі?

А) не дуже;

Б) подобається;

В) не подобається.

2. Вранці, коли ти прокидаєшся, ти завжди з радістю йдеш до школи або тобі часто хочеться залишитися вдома?

А) частіше хочеться залишитися вдома;

Б) буває по-різному;

В) йду з радістю.

3. Якби вчитель сказав, що завтра в школу не обов'язково приходити всім учням, що бажаючи можуть залишитися вдома, ти пішов би у школу або залишився вдома?

А) не знаю;

Б) був би вдома;

В) пішов би у школу.

4. Тобі подобається, коли у Вас скасовують які-небудь уроки?

А) не подобається;

Б) буває по-різному;

В) подобається.

5. Ти хотів би, щоб тобі не задавали домашніх завдань?

А) хотів би;

Б) не хотів би;

В) не знаю.

6. Ти хотів би, щоб в школі все було так, як є?

А) не знаю;

Б) не хотів би;

В) хотів би.

7. Ти часто розповідаєш про школу батькам?

А) часто;

Б) рідко;

В) не розповідаю.

8. Ти хотів би, щоб у тебе був менш строгий учитель?

А) точно не знаю;

Б) хотів би;

В) не хотів би.

9. У тебе в класі багато друзів?

А) мало;

Б) багато;

В) немає друзів.

10. Тобі подобаються твої однокласники?

А) подобаються;

Б) не дуже;

В) не подобаються.

Ключ

№ запитання	Оцінка за 1-у відповідь	Оцінка за 2-у відповідь	Оцінка за 3-ю відповідь
1	1	3	0
2	0	1	3
3	1	0	3

217

4	3	1	0
5	0	3	1
6	1	3	0
7	3	1	0
8	1	0	3
9	1	3	0
10	3	1	0

Аналіз результатів

Позитивне ставлення до школи - 3 бали, нейтральна відповідь («порізнному», «не знаю» та ін.) - 1 бал, негативне ставлення учня до навчання та школи - 0 балів.

У підсумку кожен школяр міг набрати за результатами анкети 30 балів.

Рівні мотивації учнів початкової школи до навчання:

Від 0 до 10 балів – низький рівень у дитини адаптації, дезадаптація;

10 – 21 балів – позитивне ставлення до школи, але школа приваблює більше позанавчальним процесом; середній рівень мотивації;

21 – 30 балів (високий рівень) – високий рівень шкільної мотивації, навчальної активності.

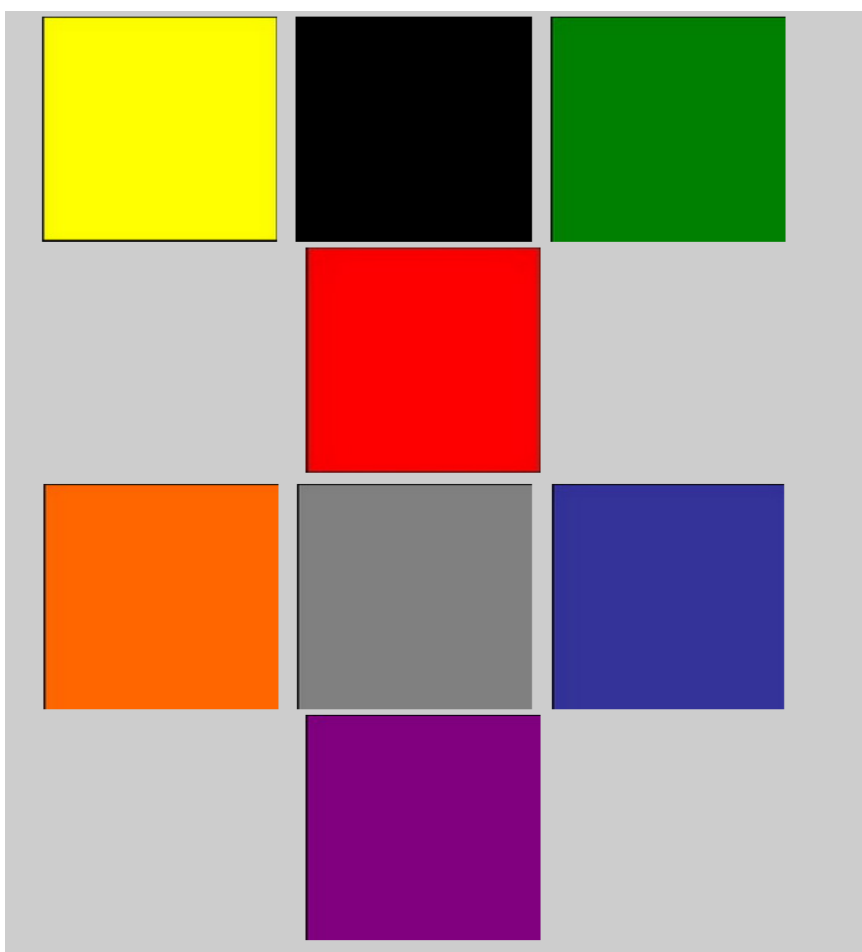
Додаток В

ДОСЛІДЖЕННЯ АДАПТАЦІЇ МЕТОДОМ ЛЮШЕРА

Мета: визначення емоційного стану дитини в школі, наявності позитивних і негативних емоцій в різних навчальних ситуаціях. Виявляється емоційна самооцінка дитини.

Хі проведення

Психолог розкладає перед дитиною кольорові картки на чистому аркуші паперу А4 у довільному порядку.



Інструкція

1. Подивися уважно і скажи, на який з цих кольорів найбільше схоже твій настрій, коли ти вранці йдеш до школи? Найчастіше, звичайно. Назви або покажи пальцем.

2. А вдома у вихідні дні?

3. На який із цих кольорів найбільше схоже твій настрій, коли ти сидиш на уроці?

4. А коли відповідаєш біля дошки?
5. А перед контрольною або перевіркою роботою?
6. Коли з однолітками на перерві граєшся або спілкуєшся?
7. Коли з учителем розмовляєш?

А тепер обери з цих кольорів той, який найбільше подобається тобі, здається гарнішим за інші (психолог прибирає картку, обрану дитиною). А з решти? (Знову прибирає картку, обрану дитиною, і т.д.).

Визначення емоційного ставлення дитини до шкільних ситуацій

При виборі синього, зеленого, червоного, жовтого кольорів відзначаються позитивне ставлення, установка, емоційний стан, гарний настрій.

При виборі чорного кольору відзначаються негативне ставлення, негативізм, різке неприйняття того, що відбувається, переважання поганого настрою.

При виборі сірого кольору відзначаються нейтральне ставлення, відсутність емоцій, пасивне неприйняття, байдужість, спустошеність, відчуття непотрібності.

При виборі коричневого кольору відзначаються тривога, занепокоєння, напруга, страх, неприємні фізіологічні відчуття (болить живіт, голова, нудить та ін.).

При виборі фіолетового кольору відзначаються інфантилізм, капризи, нестійкість установок, безвідповідальність, збереження «позиції дитини».

Визначення емоційної самооцінки дитини

Якщо загальний колірний вибір дитини починається з синього, зеленого, червоного, жовтого кольорів, то в цьому випадку самооцінка у дитини позитивна, вона ототожнює себе з хорошими дітьми.

Якщо загальний колірний вибір починається з чорного, сірого, коричневого кольорів, то в цьому випадку у дитини негативна самооцінка, вона ототожнює себе з поганими людьми, сама собі не подобається.

Якщо загальний колірний вибір починається з фіолетового кольору, то в цьому випадку у дитини інфантильна самооцінка, особистісна незрілість, збереження установок і манери поведінки, властивих молодшому віку.

Інтерпретація результатів

$$EC = 2 + 6 + 1 + 3 + 0 + 1 + 3 + 2 = 18$$

20 < EC < 32 - переважання негативних емоцій. У дитини домінують погані настрої і неприємні переживання. Погані настрої свідчать про порушення адаптаційного процесу, про наявність проблем, які дитина не може подолати самостійно. Переважання поганого настрою може порушувати сам процес навчання, але свідчить про те, що дитина потребує психологічної допомоги.

Колір	Червоний	Жовтий	зелений	Фіолетовий	Синій	Коричневий	Чорний	Сірий
Місце кольору в нормі	1	2	3	4	5	6	7	8
Місце кольору у виборі дитини	3	8	2	1	5	7	4	6
Різниця	2	6	1	3	0	1	3	2

10 < EC < 18 - емоційний стан в нормі. Дитина може радіти, сумувати, приводів для занепокоєння немає, адаптація протікає в цілому нормально.

0 < EC < 8 - переважання позитивних емоцій. Дитина весела, щаслива, налаштована оптимістично, перебуває в стані ейфорії.

Аналіз

При виборі дитиною коричневого, сірого кольорів у всіх семи випадках і фіолетового кольору в ситуаціях "самопочуття, загальна установка у ставленні до школи, взаємовідношення з класним керівником" - ставиться 0 балів.

При виборі чорного кольору - 1 бал.

При виборі синього, зеленого, червоного, жовтого - 1 бал.

Високий рівень адаптації: відповіді дитини оцінюються в 6-7 балів - загальне емоційне ставлення дитини до школи позитивне.

Середній рівень адаптації: відповіді оцінюються в 4-5 балів - можливий прояв негативного ставлення як в цілому до школи, так і до окремих сторін навчального процесу.

Низький рівень адаптації: відповіді оцінюються в 0-3 бали - у дитини переважає негативне ставлення до школи.

Емоційний стан дитини в школі аналізується окремо.

Додаток Д

Шкала особистісної тривожності (А. М. Прихожан)

Призначення тесту: визначення рівня особистої тривожності молодших школярів.

Методика належить до бланкових, що дозволяє проводити її колективно. Бланк містить необхідні відомості про досліджуваного, інструкцію і зміст методики.

Інструкція до тесту

(На першій сторінці бланку). На наступних сторінках перераховані ситуації, обставини, з якими ти зустрічаєшся в житті. Деякі з них можуть бути для тебе неприємними, так як можуть викликати тривогу, занепокоєння або страх.

Психолог зачитує учню речення, а той повинен уявити себе в цих обставинах. Залежно від відповіді психолог обведе кружечком одну з цифр справа - 0, 1, 2, 3 або 4, - залежно від того, наскільки ця ситуація для дитини є неприємною, наскільки вона може викликати у неї занепокоєння, побоювання або страх.

Якщо ситуація абсолютно не здається дитині неприємною, у стовпчик "Відповідь" психолог ставить цифру 0.

Якщо вона трохи хвилює, турбує, в стовпчик "Відповідь" психолог ставить цифру 1.

Якщо занепокоєння і страх досить сильні і учню хотілося б не потрапляти в таку ситуацію, в стовпчик "Відповідь" психолог ставить цифру 2.

Якщо ситуація дуже неприємна для учня і з нею пов'язані сильні його занепокоєння, тривога, страх, в стовпчик "Відповідь" психолог ставить цифру 3.

При дуже сильному неспокої, дуже сильному страху в стовпчик "Відповідь" ставиться 4.

Потім школяр уявляє кожну ситуацію (себе в цій ситуації), визначає, наскільки вона може викликати у нього тривогу, занепокоєння, страх, побоювання, психолого при цьому обводять одну з цифр, що визначають, наскільки вона для учня є неприємною.

Варіанти відповідей:

Форма А

- 1 Відповідати біля дошки.
- 2 Опинитися серед незнайомих дітей.
- 3 Брати участь в змаганнях, конкурсах, олімпіадах.
- 4 Чути закляття.
- 5 Розмовляти з директором школи.
- 6 Порівнювати себе з іншими.
- 7 Учитель дивиться за журналом, кого запитати.
- 8 Тебе критикують, в чомусь дорікають.
- 9 На тебе дивляться, коли ти що-небудь робиш (спостерігають за тобою під час роботи, виконання завдання).
- 10 Бачити погані сни.
- 11 Писати контрольну роботу, виконувати тест з предмета.
- 12 Після контрольної, тесту - учитель називає оцінки.
- 13 У тебе щось не виходить.
- 14 Дивитися на людину, схожу на мага, чаклуна.
- 15 На тебе не звертають уваги.
- 16 Чекаєш батьків з батьківських зборів.
- 17 Тобі загрожує неуспіх, провал.
- 18 Чути сміх за своєю спиною.
- 19 Не розуміти пояснень вчителя.
- 20 Думаєш про те, чого ти зможеш домогтися в майбутньому.
- 21 Чути передбачення про космічні катастрофи.
- 22 Виступати перед глядачами.
- 23 Чути, що якийсь чоловік «напускає порчу» на інших.

- 24 З тобою не хочуть гратися.
- 25 Перевіряються твої здібності.
- 26 На тебе дивляться як на маленького.
- 27 На іспиті тобі дістався 13-й білет.
- 28 На уроці вчитель несподівано ставить тобі питання.
- 29 Оцінюється твоя робота.
- 30 Не можеш справитися з домашнім завданням.
- 31 Засинати в темній кімнаті.
- 32 Не погоджуєшся з батьками.
- 33 Берешся за нову справу.
- 34 Розмовляти з шкільним психологом.
- 35 Думати про те, що тебе можуть «наврочити».
- 36 Замовкли, коли ти підійшов (підійшла).
- 37 Слухати страшні історії.
- 38 Сперечатися зі своїм другом (подругою).
- 39 Думати про свою зовнішність.
- 40 Думати про привидів, інших страшних, «потойбічних» істот.

Форма Б

- 1 Відповідати біля дошки.
- 2 Потрібно звернутися з питанням, проханням до незнайомої людини.
- 3 Брати участь в змаганнях, конкурсах, олімпіадах.
- 4 Чути закляття.
- 5 Розмовляти з директором школи.
- 6 Порівнювати себе з іншими.
- 7 Учитель робить тобі зауваження.
- 8 Тебе критикують, в чомусь дорікають.
- 9 На тебе дивляться, коли ти що-небудь робиш (спостерігають за тобою під час роботи, виконання завдання).
- 10 Бачити погані або «віщі» сни.
- 11 Писати контрольну роботу, виконувати тест з предмета.

- 12 Після контрольної, тесту вчитель називає оцінки.
- 13 У тебе щось не виходить.
- 14 Думка про те, що необережним вчинком можна накликати на себе гнів потойбічних сил.
- 15 На тебе не звертають уваги.
- 16 Чекаєш батьків з батьківських зборів.
- 17 Тобі загрожує неуспіх, провал.
- 18 Чути сміх за своєю спиною.
- 19 Не розуміти пояснень вчителя.
- 20 Думаєш про своє майбутнє.
- 21 Чути передбачення про космічні катастрофи.
- 22 Виступати перед великою аудиторією.
- 23 Чути, що якийсь чоловік «напускає порчу» на інших.
- 24 Сваритися з батьками.
- 25 Брати участь в психологічному експерименті.
- 26 На тебе дивляться як на маленького.
- 27 На іспиті тобі дістався 13-й білет.
- 28 На уроці вчитель несподівано задає тобі питання.
- 29 Думаєш про свою привабливість для дівчаток (хлопчиків).
- 30 Не можеш справитися з домашнім завданням.
- 31 Опинитися в темряві, бачити неясні силуети, чути незрозумілі шерехи.
- 32 Не погоджуєшся з батьками.
- 33 Берешся за нову справу.
- 34 Розмовляти зі шкільним психологом.
- 35 Думати про те, що тебе можуть «наврочити».
- 36 Замовкли, коли ти підійшов (підійшла).
- 37 Спілкуватися з людиною, схожою на мага, екстрасенса.
- 38 Слухати, як хтось говорить про свої любовні пригоди.
- 39 Виглядати в дзеркало.

40 Здається, що щось незрозуміле, надприродне може перешкодити тобі добитися бажаного.

Обробка і інтерпретація результатів тесту

Ключ є загальним для обох форм

- Шкільна тривожність: 1, 5, 7, 11, 12, 16, 19, 28, 30, 34
- самооцінна тривожність: 3, 6, 8, 13, 17, 20, 25, 29, 33, 39
- Міжособистісна тривожність: 2, 9, 15, 18, 22, 24, 26, 32, 36, 38
- Магічна тривожність: 4, 10, 14, 21, 23, 27, 31, 35, 37, 40

ОБРОБКА І ІНТЕРПРЕТАЦІЯ РЕЗУЛЬТАТІВ

Виділення субшкал багато в чому є умовним. Наприклад, запропоновані в ній ситуації спілкування можна розглядати з позиції актуалізації уявлень про себе, деякі шкільні ситуації - як ситуації спілкування з дорослими і т. п. Однак представлений варіант, як показує практика, продуктивний з точки зору завдання подолання тривожності: він дозволяє локалізувати зону найбільшої напруги і побудувати індивідуалізовану програму роботи.

При обробці відповідь на кожен з пунктів шкали оцінюється кількістю балів, які відповідні до округленої цифри. Підраховується загальна сума балів за шкалою в цілому і окремо за кожною субшкалою.

Отримана сума балів являє собою первинну, або «сиру», оцінку.

Первинна оцінка переводиться в шкальні. Як шкальна оцінка використовується стандартна десятка. Для цього дані випробуваного зіставляються з нормативними показниками групи учнів відповідного віку і статі. Результат, отриманий по всій шкалі, інтерпретується як показник загального рівня тривожності, за окремими субшкалами - окремих видів тривожності.

Загальна тривожність

Стени	6-7 р		8-12		13-14 р.			15-16 р.	
	дів.	хл.	дів.	хл.	дів.	хл.	дів.	хл.	
1	0-33	0-26	0-34	0-26	0-34	0-37	0-33	0-27	
2	34-40	27-32	35-43	27-32	35-43	38-45	34-39	28-34	
3	41-48	33-39	44-50	33-38	44-52	46-53	40-46	35-41	
4	49-55	40-45	51-58	39-44	53-61	54-61	47-53	42-47	

5	56-62	46-52	59-66	45-50	62-70	62-69	54-60	48-54
6	63-70	53-58	67-74	51-56	71-80	70-77	61-67	55-61
7	71-77	59-65	75-81	57-62	81-88	78-85	86-74	62-68
8	78-84	66-71	82-89	63-67	89-98	86-93	75-80	69-75
9	85-92	72-77	90-97	68-73	99-107	94-101	81-87	76-82
10	93 та більше	78 та більше	98 та більше	74 та більше	74 та більше	108 та більше	102 та б.	88 та б.

Шкільна тривожність

	Стени		12 р.		групи (результати в балах)			
	6-10 р		12 р.		13-14 р		15-16 р.	
	дів.	хл.	дів.	хл.	дів.	хл.	дів.	хл.
1	0-8	0-7	0-2	0-7	0-8	0-7	0-7	0-6
2	9-11	8-10	3-5	8-9	9-10	8-9	8-9	7
3	12-13	11-12	6-7	9-10	11-13	10-12	10-11	8
4	14-16	13-14	8-10	11-12	14-15	13-15	12-13	9
5	17-18	15-16	11-12	13	16-18	16-17	14	10
6	19-20	17-18	13-15	14-15	19-20	18-20	15-16	11
7	21-22	19-20	16-17	16	21-22	21-22	17-18	12-13
8	23-25	21-22	18-20	17-18	23-25	23-25	19-20	14
9	26-27	23-24	21-22	19-20	26-27	26-28	21-22	15
10	28 та б.	25 та б.	23 та б.	21 та б.	28 та б.	29 та б.	23 та б.	16 та б.

Самооцінна тривожність

	Стени		12 р		групи (результати в балах)			
	6-10 р		12 р		13-14 р		15-16 р	
	дів.	хл.	дів.	хл.	дів.	хл.	дів.	хл.
1	0-10	0-7	0-9	0-5	0-8	0-7	0-6	0-7
2	11	8-9	10-11	6-7	9-10	8-10	7-8	8-9
3	12-13	10	12-13	8	11-13	11-13	9-11	10-12
4	14	11-12	14-16	9-10	14-16	14-16	12-13	13-15
5	15-16	13	17-18	11-12	17-18	17-19	14-16	16-17
6	17-18	14-15	19-20	10-11	19-21	20-22	17-18	18-20
7	19	16-17	21-22	13-14	22-24	23-25	19-21	21-23
8	20-21	18	23-24	15	25-26	26-28	22-23	24-25
9	22-23	19-20	25-27	16-17	27-29	29-31	24-26	26-28
10	24 та б.	21 та б.	28 та б.	18 та б.	30 та б.	32 та б.	27 та б.	29 та б.

Міжособистісна тривожність

	Стени		12 р		групи (результати в балах)			
	6-10 р		12 р		13-14 р		15-16 р	
	дів.	хл.	дів.	хл.	дів.	хл.	дів.	хл.
1	0-8	0-7	0-8	0-8	0-6	0-8	0-6	0-7
2	9	8	9-10	9	7-9	9-11	7-8	8-9
3	10	9	11-12	10	10-12	12-14	9-11	10-12
4	11	10	13-14	11-12	13-15	15-17	12-13	13-15
5	12-13	11-12	15	13	16-17	18-20	14-15	16-17
6	14	13	16-17	14-15	18-20	21-23	16-18	18-20
7	15	14	18-19	16	21-23	24-26	19-20	21-23
8	16-17	15	20-21	17-18	24-26	27-29	21-23	24-26
9	18	16	22-23	19	27-29	30-32	24-25	27-28
10	19 и более	17 и более	24 и более	20 и более	30 и более	33 и более	26 и более	26 и более

боле
Магічна тривожність

29

и

более

Стени	6-10		12		13-14		15-16	
	дів.	хл.	дів.	хл.	дів.	хл.	дів.	хл.
1	0-7	0-6	0-7	0-4	0-5	0-6	0-6	0-5
2	8	7	8-9	5-6	6-7	7-8	7-9	6-7
3	9-10	8-9	10-11	8-10	9-10	10-11	8-9	4
4	11-12	10	12-13	8-9	11-13	11-12	12-14	10
5	13-14	11-12	14-15	10	14-15	13-14	15-16	11-12
6	15-16	13	16-17	11-12	16-18	15-16	17-19	13
7	17-18	14	18-20	13	19-21	17-18	20-22	14-15
8	19-20	15-16	21-22	14-15	22-23	19-20	23-24	16-17
9	21-22	17	23-24	16	24-26	21-23	25-27	18
10	23 та б.	18 та б.	25 та б.	17 та б.	27 та б.	24 та б.	28 та б.	19 та б.

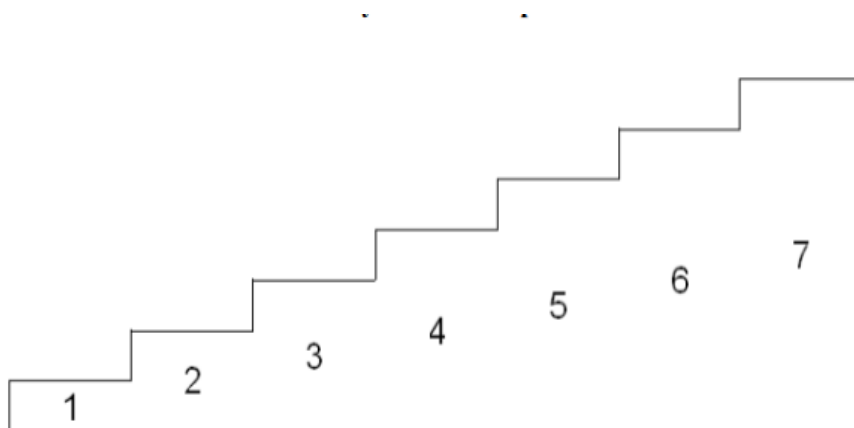
Додаток Е

Методика «Драбинка» (С. Якобсон, В. Щур)

Мета: виявлення системи уявлень дитини про те, як вона оцінює себе сама, як, на її думку, її оцінюють інші люди і як співвідносяться ці уявлення між собою.

Інструкція: «Якщо всіх дітей розставити на цих сходинках, то на трьох верхніх сходинках опиняться хороші діти: розумні, добрі, сильні, слухняні – чим вище, тим кращі (показати сходинку: «хороші», «дуже хороші», «найкращі»), а на трьох нижніх сходинках опиняться погані діти – чим нижче, тим гірші («погані», «дуже погані», «найгірші»). На середній сходинці діти не погані і не хороші. Покажи, на яку сходинку ти поставиш себе. Поясни чому?».

Стимульний матеріал



Обробка результатів:

При аналізі отриманих даних враховувати такі принципи:

Сходинка 1 - високий рівень (завищена самооцінка). Вона найчастіше характерна для першокласників і є для них віковою нормою.

Сходинки 2-4 - середній рівень (адекватна самооцінка).

У дитини сформоване позитивне ставлення до себе, учень вміє оцінювати себе і свою діяльність - це нормальний варіант розвитку самооцінки.

Сходинка 5 -7 - низький рівень (занижена самооцінка).

Діти, що ставлять себе на ці сходинки, мають кілька занижену самооцінку. Як правило, це пов'язано з певною психологічною проблемою учня. Щоб скорегувати її, необхідна спільна діяльність вчителя, шкільного педагога-психолога, соціального педагога (в разі несприятливої обстановки в сім'ї).

Додаток Є

КАРТА СПОСТЕРЕЖЕННЯ (КС) Л.Стокга

Методика використовується для діагностики труднощів адаптації дитини в школі, аналізу характеру дезадаптації і ступеня непристосованості дітей до школи за результатами тривалого спостереження, дає можливість отримати картину емоційного стану дитини, що не дозволяє їй адекватно пристосуватися до вимог шкільного життя. Карта складається з 198 «відрізків», згрупованих в 16 синдромів.

I - недовіра до нових людей, речей, ситуацій;

II - депресія;

III - догляд за собою;

IV - тривожність у відношенні до дорослих;

V - ворожість у ставленні до дорослих;

VI - тривожність у ставленні до дітей;

VII - брак соціальної нормативності;

VIII - ворожість у ставленні до інших дітей;

IX - невгамовність;

X - емоційне напруження;

XI - невротичні симптоми;

XII - несприятливі умови середовища;

XIII - розумова відсталість;

XIV - сексуальний розвиток;

XV - хвороби і органічні порушення;

XVI - фізичні дефекти.

Заповнюється карта учителем, вихователем або дорослими, які добре знають дитину. У реєстраційному бланку закреслюються ті цифри, які відповідають формам поведінки (синдрому), найбільш характерним для даної дитини.

Центральна вертикальна риса відокремлює важчі порушення (праворуч) від менш важких (зліва). При підрахунку симптомів, що знаходиться зліва від вертикальної риси, оцінюється одним балом, праворуч - двома. Підраховується сума балів за кожним синдромом і загальний «коефіцієнт дезадаптованості» за сумою балів за всіма синдромам. Крім кількісної обробки результатів проводиться їх якісний аналіз.

Велика кількість закреслених відрізків у дитини (в порівнянні з іншими дітьми) дає можливість зробити висновок про серйозні порушення в розвитку її особистості і поведінки, а також виділити ті синдроми, які в першу чергу визначають порушення і подолання яких має займати центральне місце в роботі з дитиною .

I. НД - недовіра до нових людей, речей, ситуацій. Це призводить до того, що будь-який успіх вартий дитині величезних зусиль. Від 1 до 11 - менш явні симптоми; від 12 до 17 - симптоми явного порушення.

II. Д - депресія. У більш легкій формі (симптоми 1-6) час від часу спостерігаються різного роду перепади активності, зміна настрою. Наявність симптомів 7 і 8 свідчить про схильність до подразнення і фізіологічного виснаження. Симптоми 9-20 відображають гостріші форми депресії. Пунктам синдрому «Д» зазвичай супроводжують виражені синдроми «ВВ» та «ТВ», особливо в крайніх формах депресії. Цілком ймовірно, вони дійсно репрезентують елементи депресивного виснаження.

III. У - занурення у себе. Уникнення контакту з людьми, самоусунення. Захисна установка у ставленні до будь-яких контактів з людьми, неприйняття.

IV. ТД - тривожність у ставленні до дорослих. Занепокоєння і невпевненість в тому, чи цікавиться їм дорослі, чи люблять дитину. Симптоми 1-6 - дитина намагається переконатися, «приймають» чи люблять її дорослі. Симптоми 7-10 звертає на себе увагу і перебільшено домагається любові дорослого. Симптоми 11-16 - проявляє велике занепокоєння про те, чи «приймають» її дорослі.

V. ВД - ворожість у ставленні до дорослих. Симптоми 1-4 - дитина проявляє різні форми неприйняття дорослих, які можуть бути початком ворожості або депресії. Симптоми 5-9 - відноиться до дорослих то вороже, то намагається домогтися їх хорошого ставлення. Симптоми 10-17 - відкрита ворожість, що виявляється в асоціальній поведінці. Симптоми 18-24 - повна, некерована, звична ворожість.

VI. ТД - тривога у ставленні до дітей. Тривога дитини за прийняття себе іншими дітьми. Часом вона приймає форму відкритої ворожості. Всі симптоми однаково важливі.

VII. А - брак соціальної нормативності (асоціальність). Невпевненість у схваленні дорослих, яка виражається в різних формах негативізму. Симптоми 1-5 - відсутність старань сподобатися дорослим. Байдужість і відсутність зацікавленості в хороших стосунках з ними. Симптоми 5-9 у більш старших дітей можуть вказувати на певну ступінь незалежності. Симптоми 10-18 - відсутність моральної педантичності в дрібницях. 16 - вважає, що дорослі недружелюбні, втручаються, не маючи на це права.

VIII. ВД - ворожість до дітей (від ревнивого суперництва до відкритої ворожості).

IX. Н - невгамовність. Невгамовність, нетерплячість, нездатність до роботи, що вимагає посидючості, концентрації уваги і роздумів. Схильність до короткочасних і легких зусиль. Уникнення довготривалих зусиль.

X. ЕН - емоційне напруження. Симптоми 1-5 свідчать про емоційну незрілість. 6-7 - про серйозні страхи. 8-10 - про прогули і непунктуальність.

XI. НС - невротичні симптоми. Гострота їх може залежати від віку дитини, вони також можуть бути наслідками існування перших порушень.

Орієнтовні критерії (за даними В.А.Мурзенко).

Коефіцієнт дезадаптації основної частини вибірки становить від 8 до 25 балів. Понад 25 балів свідчить про значну серйозність порушення механізмів особистісної адаптації, ці діти стоять на межі клінічних порушень і потребують спеціальної допомоги, аж до втручання психоневролога.

Карта спостережень

I. НД - недовіра до нових людей, речей, ситуацій.

1. Розмовляє з учителем лише тоді, коли перебуває з ним наодинці.
2. Плаче, коли йому роблять зауваження.
3. Ніколи не пропонує нікому ніякої допомоги, але охоче надає її, якщо його про це попросять.
4. Дитина "підлегла" (погоджується на "невиграшні" ролі, наприклад, під час гри бігає за м'ячем, в той час як інші спокійно на це дивляться).
5. Занадто тривожний, щоб бути неслухняним.
6. Бреши зі страху.
7. Любить, коли до нього виявляють симпатію, але не просить про неї.
8. Ніколи не приносить вчителю квітів або інших подарунків, хоча його товариші часто це роблять.
9. Ніколи не приносить і не показує вчителю знайдених їм речей або якихось моделей, хоча його товариші часто це роблять.
10. Має тільки одного хорошого друга і, як правило, ігнорує інших хлопчиків і дівчаток в класі.
11. Вітається з учителем лише тоді, коли той зверне на нього увагу. Хоче бути поміченим.
12. Не підходить до вчителя за власною ініціативою.
13. Занадто сором'язливий, щоб попросити про щось (наприклад, про допомогу).
14. Легко стає "нервовим", плаче, червоніє, якщо йому задають питання.
15. Легко усувається від активної участі в грі.
16. Каже невиразно, бурмоче, особливо тоді, коли з ним вітаються.

II. Д - депресія

1. Під час відповіді на уроці іноді старанний, іноді ні про що не дбає.
2. В залежності від самопочуття або просить про допомогу у виконанні шкільних завдань, або ні.

3. Веде себе дуже по-різному. Старанність у навчальній роботі змінюється майже щодня.

4. У іграх іноді активний, іноді апатичний.

5. У вільний час іноді виявляє цілковиту відсутність інтересу до чого б то не було.

6. Виконуючи ручну роботу, іноді дуже старанний, іноді ні.

7. Нетерплячий, втрачає інтерес до роботи в міру її виконання.

8. Розсерджений, скаженіє.

9. Може працювати на самоті, але швидко втомлюється.

10. Для ручної роботи не вистачає фізичних сил.

11. Млявий, безініціативний (в класі).

12. Апатичний, пасивний, неуважний.

13. Часто спостерігаються раптові і різкі спади енергії.

14. Рухи уповільнені.

15. Занадто апатичний, щоб через що-небудь засмучуватися (і, отже, ні до кого не звертається за допомогою).

16. Погляд "тупий" і байдужий.

17. Завжди ледачий і апатичний в іграх.

18. Часто мріє наяву.

19. Каже невиразно, бурмоче.

20. Викликає жалість (пригноблений, нещасний), рідко сміється.

III. У – занурення у себе

1. Абсолютно ніколи ні з ким не вітається.

2. Не реагує на привітання.

3. Не проявляє дружелюбності і доброзичливості до інших людей.

4. Уникає розмов ("замкнутий в собі").

5. Мріє і займається чимось іншим замість шкільних занять (живе в іншому світі).

6. Зовсім не проявляє інтересу до ручної роботи.

7. Не проявляє інтересу до колективних ігор.

8. Уникає інших людей.
9. Тримається далеко від дорослих, навіть тоді, коли чимось захоплений.
10. Зовсім ізолюється від інших дітей (до нього неможливо наблизитися).
11. Справляє таке враження, ніби зовсім не помічає інших людей.
12. У розмові неспокійний, збивається з теми розмови.
13. Веде себе, подібно до настороженої тварини.

IV. ТД - тривожність у ставленні до дорослих.

1. Дуже охоче виконує свої обов'язки.
2. Виявляє надмірне бажання вітатися з учителем.
3. Занадто балакучий (докучає своєю балаканиною).
4. Дуже охоче приносить квіти та інші подарунки вчителю.
5. Дуже часто приносить і показує вчителю знайдені ним предмети, малюнки, моделі і т.п.
6. Надмірно доброзичливий у ставленні до вчителя.
7. Перебільшено багато розповідає вчителю про свої заняття в сім'ї.
8. "підлизується", намагається сподобатися вчителеві.
9. Завжди знаходить привід зайняти вчителя своєю особою.
10. Постійно потребує допомоги і контролю з боку вчителя.
11. Прагне симпатії вчителя. Приходить до нього з різними дрібними справами і скаргами на товаришів.
12. Намагається "монополізувати" вчителя (займати його виключно своєю особою).
13. Розповідає фантастичні, вигадані історії.
14. Намагається зацікавити дорослих своєю особою, але не докладає зі свого боку ніяких старань в цьому напрямку.
15. Надмірно стурбований тим, щоб зацікавити собою дорослих і завоювати їх симпатії.
16. Повністю "усувається", якщо його зусилля не увінчуються успіхом.

V. ВД - ворожість по відношенню до дорослих.

1. Мінливість у настрої.
2. Виключно нетерплячий, крім тих випадків, коли знаходиться в "гарному" настрої.
3. Виявляє завзятість і наполегливість в ручній роботі.
4. Часто буває в поганому настрої.
5. При відповідному настрої пропонує свою допомогу або послуги.
6. Коли про щось просить учителя, то буває іноді дуже сердечним, іноді - байдужим.
7. Іноді прагне, а іноді уникає вітатися з учителем.
8. У відповідь на вітання може виражати злість або підозрілість.
9. Часом доброзичливий, часом в поганому настрої.
10. Дуже мінливий в поведенці. Іноді здається, що він навмисне погано виконує роботу.
11. Псує суспільну і особисту власність (в будинках, садах, громадському транспорті).
12. Вульгарна мова, розповіді, вірші, малюнки.
13. Неприємний, особливо, коли захищається від пропонованих йому звинувачень.
14. "Бурмоче під ніс", якщо чимось незадоволений.
15. Негативно ставиться до зауважень.
16. Часом бреше без будь-якого приводу і без труднощів.
17. Раз або два був помічений у крадіжці грошей, солодошів, цінних предметів.
18. Завжди на щось претендує і вважає, що несправедливо покараний.
19. "Дикий" погляд. Дивиться "спідлоба".
20. Дуже неслухняний, не дотримується дисципліни.
21. Агресивний (кричить, загрожує вживати силу).
22. Найбільш охоче дружить з так званими "підозрілими типами".
23. Часто краде гроші, солодоші, цінні предмети.

24. Веде себе непристойно.

VI. ТД - тривога у ставленні до дітей.

1. "Грає героя", особливо коли йому роблять зауваження.
2. Не може втриматися, щоб не "грати" перед оточуючими.
3. Схильний "прикидатися дурником".
4. Занадто сміливий (ризикує без потреби).
5. Піклується про те, щоб завжди перебувати в злагоді з більшістю.

Нав'язується іншим; їм легко управляти.

6. Любить бути в центрі уваги.
7. Грає виключно (або майже виключно) з дітьми старшими за себе.
8. Намагається зайняти відповідальну посаду, але побоюється, що не

впорається з нею.

9. Хвалиться перед іншими дітьми.
10. Любить блазнювати (грає блазня).
11. Шумно поводить себе, коли вчителя немає в класі.
12. Одягається зухвало (штани, зачіска).
13. З пристрасстю псує суспільне майно.
14. Безглузді витівки в групі однолітків.
15. Наслідує хуліганські витівки інших.

VII. А - брак соціальної нормативності (асоціальність)

1. Не зацікавлений у навчанні.
2. Працює в школі тільки тоді, коли над ним «стоять» або коли його змушують працювати.
3. Працює поза школою лише тоді, коли його контролюють або змушують працювати.
4. Не сором'язливий, але виявляє байдужість при відповіді на запитання вчителя.
5. Не сором'язливий, але ніколи не просить про допомогу.
6. Ніколи добровільно не береться ні за яку роботу.
7. Не зацікавлений у схваленні або в несхваленні дорослих.

8. Зводить до мінімуму контакти з учителем, але нормально спілкується з іншими людьми.

9. Уникає вчителя, але розмовляє з іншими людьми.

10. Списує домашні завдання.

11. Бере чужі книги без дозволу.

12. Егоїстичний, любить інтриги, псує іншим дітям гру.

13. В іграх з іншими дітьми проявляє хитрість і непорядність.

14. "Нечесний гравець" (грає тільки для особистої вигоди, обманює в іграх).

15. Не може дивитися прямо в очі іншому.

16. Недовірливий.

VIII. ВД - ворожість у ставленні до інших дітей.

1. Заважає іншим дітям в іграх, підсміюється над ними, любить їх плутати.

2. Часом дуже недобррозичливий у ставленні до тих дітей, які не належать до тісного кола його спілкування.

3. Набридає іншим дітям, чіпляється до них.

4. Свариться, ображає інших дітей.

5. Намагається своїми зауваженнями створити певні труднощі у інших дітей.

6. Ховає або знищує предмети, що належать іншим дітям.

7. Знаходиться переважно в поганих стосунках з іншими дітьми.

8. Пристає до слабших дітей.

9. Інші діти його не люблять або навіть не терплять.

10. Б'ється (кусається, дряпається та ін.).

IX. Невгамовність.

1. Дуже неохайний.

2. Відмовляється від контактів з іншими дітьми таким чином, що це для них дуже неприємно.

3. Легко примиряється з невдачами в ручній праці.

4. В іграх абсолютно не володіє собою.
5. Непунктуальний, нестаранний. Часто забуває або втрачає олівці, книги, інші предмети.
6. Нерівний, безвідповідальний в ручній праці.
7. Нестаранний в шкільних заняттях.
8. Занадто неспокійний, щоб працювати на самоті.
9. У класі не може бути уважний або тривалий час на чомусь зосередитися.
10. Не знає, що з собою вдіяти. Ні на чому не може зупинитися хоча б на відносно тривалий термін.
11. Занадто неспокійний, щоб запам'ятати зауваження або вказівки дорослих.

X. ЕН - емоційне напруження.

1. Грається іграшками, занадто дитячими для його віку.
2. Любить ігри, але швидко втрачає інтерес до них.
3. Занадто інфантильний в мовленні.
4. Занадто незрілий, щоб прислухатися і слідувати вказівкам.
5. Грає виключно (переважно) з більш молодшими дітьми.
6. Занадто тривожний, щоб зважитися на що-небудь.
7. Інші діти чіпляються до нього (він є "цапом відбувайлом").
8. Його часто підозрюють в тому, що він прогулює уроки, хоча насправді він намагався це зробити раз або два.
9. Часто спізнюється.
10. Залишає окремі уроки.
11. Неорганізований, незібраний.
12. Веде себе в групі (класі) як сторонній, зацькований.

XI. НС - невротичні симптоми.

1. Заїкається, затинається. "Важко витягнути з нього слово".
2. Каже безладно.
3. Часто моргає.

4. Безцільно рухає руками. Різноманітні "тики".
5. Гризе нігті.
6. Ходить, підстрибуючи.
7. Смокче палець (старше 10 років).

ХІІ. З - несприятливі умови середовища.

1. Часто відсутній в школі.
2. Не буває в школі по кілька днів.
3. Батьки свідомо брешуть, виправдовуючи відсутність дитини в школі.
4. Змушений залишатися вдома, щоб допомагати батькам.
5. Неохайний, "нечепура".
6. Виглядає так, як ніби дуже погано харчується.
7. Значно некрасивий від інших дітей.

ХІІІ. РВ - розумова відсталість.

1. Сильно відстає в навчанні.
2. Тупий для свого віку.
3. Зовсім не вміє читати.
4. Величезні недоліки в знанні елементарної математики.
5. Зовсім не розуміє математики.
6. Інші діти ставляться до нього як до дурника.
7. Дурний.

ХІV. СР - сексуальний розвиток.

1. Дуже ранній розвиток, чутливість до протилежної статі.
2. Затримки статевого розвитку.
3. Виявляє збочені нахили.

ХV. Б - хвороби і органічні порушення.

1. Неправильне дихання.
2. Часті застуди.
3. Часті кровотечі з носа.
4. Дихає через рот.
5. Схильність до вушних захворювань.

6. Схильність до шкірних захворювань.
7. Скаржитися на часті болі в шлунку і нудоту.
8. Часті головні болі.
9. Схильність надмірно бліднути або червоніти.
10. Хворобливі, почервонілі повіки.
11. Дуже холодні руки.
12. Косоокість.
13. Погана координація рухів.
14. Неприродні пози тіла.

XVI. Ф - фізичні дефекти.

1. Поганий зір
2. Слабкий слух.
3. Занадто маленький зріст.
4. Надмірна повнота.
5. Інші ненормальні особливості статури.

Додаток Ж

Таблиця 1.

Система заходів, які передбачають психолого-педагогічний супровід адаптації першокласників до навчання

Етапи психолого-педагогічного супроводу першокласників	Час проведення	Зміст діяльності	Передбачений результат
Попередній етап. Організація наступності між дитячим садком і початковою школою	1.09. 2021	Створення робочої групи, до якої входять учителі першокласників, адміністрація школи, медпрацівники та психолог. Мета: планування майбутніх діагностичних заходів, консилиумів, консультацій. Підготовка необхідних методичних матеріалів - бланків, тестів, методик, таблиць і т.п. до дослідження адаптації учнів 1-х класів.	Розробка плану заходів психолого-педагогічного супроводу адаптації першокласників до навчання, методичні матеріали - бланки, тестів, методик, таблиці і т.п. для дослідження адаптації учнів 1-х класів.
	1.09.2021	Виховна година «Здрастуй, школо!». Мета: ознайомлення учнів з правилами життя у школі.	Профілактика дезадаптації, створення сприятливої атмосфери у класі, знайомство учнів між собою та з школою
	2.09.2021	Знайомство дітей з учителем і між собою. Екскурсія по школі у формі гри-подорожі «Пошук скарбу». Мета: ознайомлення учнів з школою, однокласниками, правилами життя у школі.	Профілактика дезадаптації, створення сприятливої атмосфери у класі, знайомство учнів між собою та з школою
	3.09.2021	Виховна година «У країні Ввічливості». Мета: ознайомлення учнів з правилами спілкування, формування вміння висловлювати свої емоції.	Профілактика дезадаптації, створення сприятливої атмосфери у класі, вироблення в учнів здатності

			конструктивного спілкування
6.09.2021	Виховна година «Давайте познайомимся!» Мета: знайомство учнів з учителем та однокласниками, формування комунікативних умінь, загальнонавчальні уміння та навички		Сформовані в учнів уміння висловлювати свої думки, загальнонавчальні уміння та навички: орієнтування на аркуші паперу, дії за інструкцією.
6.09.2021	Створення перших сторінок «Літопису класу», відеоматеріали про перші дні дітей у школі. Мета: оптимізація процесу адаптації учнів		Позитивне налаштування учнів на навчання та спілкування
7.09.2021	Виховна година «Посвята в учні». Мета: продовження знайомства учнів з учителем та однокласниками, школою.		Сформовані в учнів уміння висловлювати свої думки, загальнонавчальні уміння та навички, здатність співпрацювати, спілкуватися.
2.09.2021	Зустріч класоводів з вихователями дитячих садків, які були вихователями першокласників. Мета: збір інформації про першокласників.		Отримати інформацію про кожного учня щодо умов і факторів розвитку дитини в сім'ї, індивідуальних особливостей школярів (вік дитини, склад сім'ї, професії батьків, освіта батька і матері, матеріальне становище і побутові умови сім'ї, яка дитина у сім'ї, які хвороби і травми перенесла, з якого часу вона відвідувала дошкільний заклад, як довго знаходилася у даній групі дитячого садка; які впливи на дитину

			застосовують у родині; стиль сімейного виховання тощо).
3.09.2021	Засідання робочої групи психолого-педагогічного супроводу. Мета: обробка інформації про першокласників, яку отримали від вихователів. Створення звіту за результатами отриманої інформації про учнів 1-х класів.		Створення первинних психолого-педагогічних характеристик кожного учня, комплексний звіт про портрети першокласників
6.09.2021	Засідання психологічної служби школи Мета: Заповнення психологічних карт розвитку учнів.		Розробка психологічних карт розвитку учнів.
7.09.2021	Засідання робочої групи психолого-педагогічного супроводу. Мета: створення класоводами програми адаптаційного періоду з урахуванням специфіки класу і власних можливостей на основі базової програми та порад психолога; забезпечення директором школи і його заступником організаційних умов для проведення адаптаційного періоду (наказ по школі, надання кабінетів для роботи, зміна розкладу і т.д.);		Представлення класоводами програми адаптаційного періоду першокласників, наказ директора про проведення системи адаптаційних заходів по школі
7.09.2021	Батьківські збори на тему «Готовність до школи. Поради батькам першокласників». Мета: проведення вчителями 1-х класів та психологом батьківських зборів, які допоможуть батькам розібратися у проблемах адаптації їхніх дітей		Ознайомлення батьків з типами готовності до школи, особливостями підготовки дитини до школи, рекомендаціями для батьків майбутніх першокласників щодо оптимізації адаптації
8.09.2021	Семінар на тему «Індивідуальна готовність дитини до школи». Мета: ознайомити учителів майбутніх першокласників з		Поглиблення знань у класоводів щодо типології першокласників, які зазнають

		конкретними рекомендаціями профілактики навчальних труднощів і можливої дезадаптації учня.	труднощі в навчанні і поведінці, яка розроблена К.М. Поливановою; пам'яток з описом основних типів дітей, не готових до навчання в школі, і рекомендацій для кожного типу дитини.
Другий етап – діагностичний	8.09.2021	Засідання психологічної служби школи. Мета: створення програми спостереження учнів 1-х класів та розробка «Карти спостереження класу».	Презантація психологом результатів спостереження учнів 1-х класів
	9.09.2021-16.09.20.21	Діагностика (первинна) рівнів шкільної адаптації дітей до навчання, виявлення дезадаптованих учнів за методиками. Мета: первинна діагностика рівнів адаптації першокласників учителем та психологом	Презантація психологом та вчителями 1-х класів результатів діагностики рівнів адаптації першокласників
	19.09.2021	Проведення батьківських зборів на тему «Ваша дитина - першокласник». Мета: поглиблення знань батьків щодо психологічних особливостей процесу адаптації першокласників, основних труднощів, які пов'язані з нею, причин виникнення даних проблем.	Створення та презентація психологом та класоводом загальних рекомендацій батькам, як надати дитині допомогу в адаптації до школи, який повинен бути режим дня, чого не можна робити і говорити дитині, що починає навчання в школі.
	20.09.2021	Індивідуальне консультування батьків, які звернулися за допомогою до класовода чи психолога з проблем адаптації дитини. Мета: підвищення рівня психолого-педагогічних знань батьків з проблем	Установлення продуктивної міжособистісної взаємодії з батьками у питаннях адаптації та розвитку дітей

		адаптації першокласників, профілактика дезадаптації.	
	21.09.2021	Засідання робочої групи супроводу. Мета: розробка класоводом разом з психологом індивідуальних програм роботи з учнями, у яких виявлені проблеми у адаптації (ті, хто мають низький рівень адаптації-«група ризику»).	Презентація класоводом та психологом педколективу школи індивідуальних програм роботи з учнями «групи ризику».
	22.09.2021	Семінар для учителів на тему «Рекомендації щодо організації уроків в адаптаційний період». Мета: ознайомити вчителів перших класів з психофізичними особливостями дитини сьомого року життя, особливостями навчання першокласників, профілактикою перевтоми.	Вироблення психологом та вчителями рекомендацій щодо організації навчання першокласників в адаптаційний період, рекомендацій з організації уроків.
Етап консультативно-просвітницької та науково-методичної роботи	23.09.2021	Семінар для вчителів початкової ланки «Психологічний клімат школи (класу) як фактор розвитку особистості». Мета: надання вчителям інформації та методичних рекомендацій з побудови сприятливого освітнього середовища в початковій школі, і конкретно в першому класі.	Створення відповідного режиму дня у першокласників; особливе планування часу уроку і організації його змісту; профілактика у дітей шкільних звичок; формування певного ритму роботи на уроці і зміна тривалості періодів зосередження в міру адаптації дітей; врахування індивідуальних особливостей першокласників та ін.; запобігання недисциплінованої поведінки та дезадаптації
	28.09.2021	Семінар для вчителів початкової ланки «Готовність до школи:	Актуалізація та розширення уявлень (знань)

		<p>фізіологічна, соціальна, психологічна». Мета: надання вчителям інформації та методичних рекомендацій з фізіологічної, соціальної, психологічної готовності першокласників до школи.</p>	<p>педагогів про соціальну ситуацію розвитку першокласників (молодших школярів), психологічні закономірності, механізми і особливості розвитку особистості, завдання і труднощі адаптації; допомога в організації методичної роботи педагогів, спрямованої на побудову навчального процесу відповідно до індивідуальних особливостей і можливостей школярів, виявленої в ході діагностики готовності до шкільного навчання і моніторингу адаптації дитини до школи; вироблення єдиної системи вимог до класу з боку різних педагогів, які працюють з класом і єдиного підходу до окремих дітей, тактики спілкування з дітьми і батьками; допомога в організації педагогічної підтримки школярів, розвиток</p>
--	--	---	---

			здібностей педагогів з її надання.
4.10.2021	Семінар для вчителів початкової ланки «Психологічний статус школяра: орієнтири для розвитку». Мета: надання вчителям інформації та методичних рекомендацій з підвищення психологічного статусу школяра.	Допомога вчителям організації педагогічної підтримки школярів, розвиток здібностей педагогів з її надання; вироблення єдиної системи вимог до класу з боку різних педагогів, які працюють з класом і єдиного підходу до окремих дітей, тактики спілкування з дітьми і батьками.	в її
1.10.2021	Семінар для вчителів початкової ланки «Організація «ситуації успіху» на уроці та в позаурочній діяльності». Мета: надання вчителям інформації та методичних рекомендацій зі створення ситуації успіху у роботі з першокласниками.	Допомога вчителям організації педагогічної підтримки школярів, розвиток здібностей педагогів з її надання; вироблення єдиної системи вимог до класу з боку різних педагогів, які працюють з класом і єдиного підходу до окремих дітей, тактики спілкування з дітьми і батьками.	в її
11.10.2021	Засідання робочої групи супроводу. Мета: розробка програми адаптаційних занять для 1-х класів; розробка сценаріїв батьківських зборів; розробка семінарських занять для вчителів; розробка і	Розроблена програма адаптаційних занять для 1-х класів; конспекти сценаріїв батьківських зборів; семінарські	

		планування стратегії психолого-педагогічного супроводу; розробка і складання індивідуальних корекційних занять.	заняття для вчителів; план стратегії психолого-педагогічного супроводу; конспекти індивідуальних корекційних занять.
Етап корекційно-розвивальної роботи	Упродовж жовтня	Індивідуальні бесіди з батьками учнів, які мають низький рівень адаптації. Мета: ознайомити батьків з результатами діагностування рівня адаптації дитини, підвищення психолого-педагогічної освіти батьків	Високий рівень психолого-педагогічної компетентності батьків з тих питань, які найбільш актуальні з точки зору пережитого дітьми періоду розвитку; усвідомлення батьками певної відповідальності за те, що відбувається з їхньою дитиною в школі.
	11.10.2021	Створення батьківського клубу «Адаптація дитини до школи». Мета: підвищення психолого-педагогічної компетентності батьків, що сприяє оптимізації дитячо-батьківських відносин, створенню умов для емпатійно-особистісного спілкування між членами сім'ї, формуванню установки на співпрацю зі школою з метою успішного навчання, виховання і розвитку особистості дитини.	Розробка програми засідань клубу.
	16.10.2021	Засідання батьківського клубу «Адаптація дитини до школи» на тему «Давайте познайомимося ближче. Сім'я і школа - тепер ми разом». Мета: підвищення психолого-педагогічної компетентності батьків, що сприяє оптимізації дитячо-	Сформована установка батьків на співпрацю зі школою з метою успішного навчання, виховання і розвитку особистості дитини.

		батьківських відносин, створенню умов для емпатійно-особистісного спілкування між членами сім'ї, формуванню установки на співпрацю зі школою з метою успішного навчання, виховання і розвитку особистості дитини.	
18.10.2021	Засідання батьківського клубу «Адаптація дитини до школи» на тему «Види батьківської любові. Як насправді любити дитину». Мета: підвищення психолого-педагогічної компетентності батьків, що сприяє оптимізації дитячо-батьківських відносин, створенню умов для емпатійно-особистісного спілкування між членами сім'ї, формуванню установки на співпрацю зі школою з метою успішного навчання, виховання і розвитку особистості дитини.	Сформована установка батьків на співпрацю зі школою з метою успішного навчання, виховання і розвитку особистості дитини.	
20.10.2021	Засідання батьківського клубу «Адаптація дитини до школи» на тему «Світ дитини і дорослого (спільна зустріч дітей і батьків). Мета: підвищення психолого-педагогічної компетентності батьків, що сприяє оптимізації дитячо-батьківських відносин, створенню умов для емпатійно-особистісного спілкування між членами сім'ї, формуванню установки на співпрацю зі школою з метою успішного навчання, виховання і розвитку особистості дитини.	Сформована установка батьків на співпрацю зі школою з метою успішного навчання, виховання і розвитку особистості дитини.	
25.10.2021	Засідання батьківського клубу «Адаптація дитини до школи» на тему «Чому дитина буває нещасливою?». Мета: підвищення психолого-педагогічної компетентності батьків, що сприяє оптимізації дитячо-	Сформована установка батьків на співпрацю зі школою з метою успішного навчання, виховання і розвитку	

		батьківських відносин, створенню умов для емпатійно-особистісного спілкування між членами сім'ї, формуванню установки на співпрацю зі школою з метою успішного навчання, виховання і розвитку особистості дитини.	особистості дитини.
	21.10.2021	Проведення батьківських зборів, створення інформаційних бюлетенів за темами: «Готовність до школи. Поради батькам першокласників». Мета: сприяти успішному перебігу адаптаційних процесів першокласників.	Сформована установка батьків на співпрацю зі школою з метою успішного навчання, виховання і розвитку особистості дитини.
	22.10.2021	Проведення психолого-медико-педагогічного консилиуму «Проблеми адаптації першокласників». (представники адміністрації школи, вчителі початкових класів, педагог-психолог, соціальний працівник і фельдшер школи). Мета: обмін інформацією між усіма його учасниками щодо конкретних учнів і 1-х класів в цілому про особливості адаптаційних процесів учнів «групи ризику» - з низьким рівнем адаптації.	Розробка і планування стратегії супроводу кожної «проблемної» дитини, заповнення бланків висновків консилиуму з даним школярем.
	1.10.2021	Адаптаційне заняття для усіх учнів перших класів "Перший раз в перший клас". Мета: познайомити дітей зі шкільними правилами; зміцнити бажання вчитися, отримувати знання, показати, що знання необхідні; сформуванню почуття приналежності у дітей до групи.	Знання дітей про шкільний розпорядок дня, шкільні правила, правила поведінки на уроці і на перерві, сформовані уміння успішної взаємодії дітей один з одним і з учителем, уміння висловлювати свої думки і почуття, культура поведінки, бажання

			дотримуватися шкільних правил.
ЦИКЛ КОРЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ			
	1.10.2021	<p>Корекційне заняття № 1 з учнями низького та середнього рівня адаптації.</p> <p>Тема «Давайте познайомимось».</p> <p>Мета: створення атмосфери психологічного комфорту в групі, знайомство першокласників з учителем, психологом і один з одним.</p> <p>Вступна частина: вправа - «Естафета хорошого настрою».</p> <p>Основна частина: гра «Дракон, кусає свій хвіст», гра «Мій смішний портрет» і гра «Малюємо настрій».</p> <p>Заключна частина: вправа «Спасибі за прекрасний день».</p>	<p>Підвищення рівня розвитку мотивації до навчання. Група налаштована і зацікавлена в подальшій роботі.</p>
	4.10.2021	<p>Корекційне заняття № 2 з учнями низького рівня та середнього адаптації.</p> <p>Тема «Я тобі довіряю».</p> <p>Мета: формування «позитивної Я-концепції» молодшого школяра.</p> <p>Вступна частина: гра «Чарівна паличка».</p> <p>Основна частина: вправа "Хто я?".</p> <p>Заключна частина: вправа «Який я є і яким би хотів бути».</p>	<p>Підвищення рівня розвитку мотивації до навчання. Точно і грамотно висловлювати свої думки; відстоювати свою точку зору, рішення в процесі бесіди; розвиток творчих здібностей через активні форми діяльності; виховання доброго, шанобливого ставлення до людей.</p>
	5.10.2021	<p>Корекційне заняття № 3 з учнями низького та середнього рівня адаптації.</p> <p>Тема «Казкотерапія».</p> <p>Мета: створення умов для формування навчально-пізнавальної мотивації і позитивного відношення до</p>	<p>Підвищення рівня розвитку мотивації до навчання. Заняття з казкотерапії передбачає зменшення</p>

		<p>школи у першокласників через казкотерапію.</p> <p>Вступна частина: вправа - «Рольова гімнастика».</p> <p>Основна частина: створення "Лісової школи". Казка М.А. Панфілової «Шкільні правила».</p> <p>Діагностика. Проективний малюнок. «Я в школі».</p> <p>Вправа – гра «Збери портфель».</p> <p>Завершальна частина.</p> <p>Заключна рефлексія.</p> <p>Ритуал прощання.</p> <p>Заклучна частина: вправа «Малюємо настрій».</p>	<p>часу на психологічну адаптацію, виникнення позитивної зміни поведінки, розвиток самосвідомості, формування соціально-адекватних способів взаємодії із зовнішнім світом.</p>
	6.10.2021	<p>Корекційне заняття № 4 з учнями низького та середнього рівня адаптації.</p> <p>Тема «Арт-терапія».</p> <p>Мета: стимулювання позитивних емоційних переживань, пов'язаних з процесом творчості, з метою підвищення мотивації учнів і їх творчої активності учасників.</p> <p>Вступна частина: малювання на теми «Я і моя школа».</p> <p>Основна частина: «Я і мої батьки».</p> <p>Заклучна частина: вправа «Я і мої друзі».</p>	<p>гармонізація особистості дитини через розвиток здібностей самовираження і самопізнання у вигляді дотику з мистецтвом.</p>
Зниження шкільної тривожності у першокласників.	7.10.202	<p>Корекційне заняття № 5 з учнями низького та середнього рівня адаптації.</p> <p>Тема «Опрацювання та зниження шкільної тривожності першокласників».</p> <p>Мета: вербалізація змісту шкільної тривожності.</p> <p>Вступна частина: вправа - «Змалюй предмет».</p> <p>Основна частина: гра «Мої шкільні труднощі», «Розігрування ситуацій».</p> <p>Заклучна частина: вправи «Нове і важливе для мене».</p>	<p>Вербалізувати, опрацювати і знизити шкільну тривожність у першокласників</p>

	8.10.2021	<p>Корекційне заняття № 6 з учнями низького та середнього рівня адаптації. Тема «Розрядка шкільної тривожності». Мета: вербалізація і опрацювання шкільної тривожності, підвищення самооцінки першокласників. Вступна частина: вправа «Хто пройде краще?» Основна частина: вправа «Іноземець в школі», «Створення казки». Заключна частина: вправа «Нове і важливе для мене».</p>	<p>Зниження рівня негативних емоцій, пов'язаних зі школою, зниження шкільної тривожності</p>
	11.10.2021	<p>Корекційне заняття № 7 з учнями низького та середнього рівня адаптації. Тема «Я і моя сім'я». Мета: ознайомлення із членами сім'ї, традиціями; розвиток пам'яті, мислення, спостережливості, уваги, словникового запасу, мовлення, довільної уваги, дрібної моторики рук; вчити зосереджуватись на сприйнятті цілого, розподіляти та переключати увагу, виховання згуртованості, поваги і шани до родини. Вступна частина: Вправа - привітання. «Ім'я», вправа - розминка. Гра «Помінятися місцями ті у кого...». Основна частина: Інформаційне повідомлення. Значення сім'ї в житті людини. Малюнок «Моя сім'я». Казка «Як мати стала зозулею». Вправа «Прикрась слово». Заключна частина: Вправа - гра «Бабуся збирає у кошик...».</p>	<p>Підвищення впевненості в собі; зниження тривожності, повага до членів родини</p>
	12.10.2021	<p>Корекційне заняття № 8 з учнями низького та середнього рівня адаптації. Тема «Життя в школі». Мета: виявлення прихованої агресії та дезадаптації дітей, розвиток словникового запасу,</p>	<p>Зниження рівня шкільної тривожності у першокласників.</p>

		<p>поінформованості, мислення, пам'яті, уваги, розумових операцій(узагальнення, класифікація), мовлення, дрібної моторики рук; вчити зосереджуватись на сприйнятті цілого, розподіляти та переключати увагу, аналізуючи зовнішній вигляд, розмір об'єкта; розвиток спостережливості, вольової регуляції; формування вміння дотримуватись встановлених правил, позитивної навчальної мотивації, виховання згуртованості, почуття дружби і товаришування.</p> <p>Вступна частина: Вправа - привітання. «Струм», руханка.</p> <p>Основна частина: Вправа «Придумати слова», «Скарбниця бажань», вправа – руханка. «То не є проблема».</p> <p>Заключна частина: вправа «Мені сьогодні...».</p>	
<p>зняття емоційного напруги у першокласників.</p>	<p>13.10.2021</p>	<p>Корекційне заняття № 9 з учнями низького та середнього рівня адаптації. Тема «Наші емоції».</p> <p>Мета: забезпечення атмосфери довіри, зниження емоційного напруження, підвищення рівня адаптації в колективі, розвиток вміння розпізнавати емоційні стани інших людей, зорової пам'яті, здатності мислення до узагальнення та класифікації, мовлення, дрібної моторики рук; набуття вміння зосереджуватися на сприйнятті цілого, виділяти в зображенні окремі контури об'єктів, розподілення й переключення уваги, встановлення подібності об'єктів; сприяння розвитку рухової пам'яті, формування пізнавальної активності, виховання почуття милосердя, співчуття.</p>	<p>Формування позитивного ставлення до однолітків і зниження емоційної напруги.</p>

		<p>Вступна частина: Вправа – привітання «Усмішка по колу».</p> <p>Основна частина: Інформаційне повідомлення. Наші емоції. Вправа - гра «Хто швидше розплутає порівняння», вправа -руханка. «Потяг».</p> <p>Заклучна частина: Арт – терапевтична вправа «Малюємо пальчиками», ритуал прощання «Оплески».</p>	
	14.10.2021	<p>Корекційне заняття № 10 з учнями низького та середнього рівня адаптації. Тема «Доброта».</p> <p>Мета: усвідомлення поняття «добро» і «зло», розширення і збагачення словникового запасу учнів, заохочення бажання робити добрі вчинки, розвиток творчої уяви, зорової пам'яті, мислення, мовлення, дрібної моторики рук; набуття вміння зосереджуватися на сприйнятті цілого, виділяти головне, розподіляти й переключати увагу, встановлювати подібність об'єктів; виховання почуття дружби, розвиток вміння вибору позитивної поведінки в соціумі.</p> <p>Вступна частина: Вправа – розминка «Кошенята», гра «Кошеня».</p> <p>Основна частина: Інформаційне повідомлення про добро і зло. Арт – терапевтична вправа «Добро», «Зло». Вправа «Придумай слова», вправа - руханка «Потяг», вправа - релаксація. «Горнятко доброти».</p> <p>Заклучна частина: Творче завдання. Скласти правила доброти. Ритуал прощання. «Оплески».</p>	Зниження емоційної напруги
	15.10.2021	<p>Корекційне заняття № 11 з учнями низького та середнього рівня адаптації.</p>	зняття психічної напруги, освоєння

		<p>Тема «Людина починається з любові» Мета: розвиток самоаналізу, вміння оцінювати і аналізувати поведінку інших, розпізнавати емоційні стани, розвиток , творчої уяви , зорової пам'яті, критичного мислення, мовлення, дрібної моторики рук; набуття вміння зосереджуватися на сприйнятті цілого, виділяти головне, розподіляти й переключати у вагу , виховання почуття любові один до одного.</p> <p>Вступна частина: Вправа – привітання, психогімнастика.</p> <p>Основна частина: вправа. «Придумай слова».</p> <p>Інформаційне повідомлення. «Люби ближнього свого, як самого себе». Вправа. «Найголовніша людина», вправа – руханка «Знайди друга», вправа - релаксація. «Розфарбуй любов'ю».</p> <p>Заключна частина: Вправа «Незакінчене речення», ритуал прощання «Оплески».</p>	<p>позитивних форм поведінки та ставлення до себе та оточуючих</p>
	<p>18.10.2021</p>	<p>Корекційне заняття № 12 з учнями низького рівня адаптації. Тема «Чи важко бути добрим». Мета: формування вміння висловлювати думки, розвиток мислення, мовлення, пам'яті, уваги, розумових операцій, дрібну моторику рук; сприяти розвитку вольової регуляції, уміння зосереджуватись; формування позитивної навчальної мотивації , виховання відповідальності за свої думки і вчинки, бажання дарувати добро людям розвиток набуття вміння спостерігати, аналізувати і робити висновки, формування адекватної самооцінки.</p> <p>Вступна частина: вправа -</p>	<p>поліпшується психологічний клімат в колективі; формуються навички саморегуляції негативних психоемоційних станів; підвищується самооцінка, мотивація до навчання</p>

		<p>вітання «Привітатися з сусідом справа»; вправа - розминка. «Вітер дує на..».</p> <p>Основна частина: гра «Напруга - розслаблення», вправа «Фарби любові. Інформаційне повідомлення. Чи важко бути добрим? Перегляд мультфільму «Квітка – семицвітка». Вправа – руханка. «Райдуга». (відеоролик). Арт-терапевтична вправа. Малюнок «Квітка доброти». Заключна частина: вправи «Намалюй хмару свого настрою», вправа - прощання «До побачення». Вправа - релаксація</p>	
Рефлексивний етап	18.10.2021-21.10.202	<p>Повторне дослідження психологом та класоводом учнів 1-х класів.</p> <p>Мета: повторне діагностування рівнів адаптації першокласників, оцінка ефективності корекційної роботи.</p>	Оцінка ефективності програми корекційних занять
		<p>Мета оцінка ефективності реалізації програми психолого-педагогічного супроводу.</p>	Оцінка ефективності реалізації програми психолого-педагогічного супроводу

Додаток 3

Корекційно – розвивальні заняття з учнями, які мають низький та середній рівні адаптації до навчання

Організація занять. Заняття проводяться 1 раз в тиждень.

Кількість занять — 12.

Тривалість заняття — 40 -45 хвилин.

Загальна структура заняття:

- привітання (на цьому етапі діти називають своє ім'я, вчаться робити одне - одному компліменти, визначають свій емоційний стан; використовуються вправи на створення довірливої атмосфери в групі);
- розминка (налаштування групи на співпрацю, активізація групи, зняття напруження);
- основна частина (вправи на формування позитивної самооцінки, зниження тривожності, розвиток пізнавальних психічних процесів, розвиток комунікативної сфери та формування позиції школяра);
- завершальна частина (усвідомлення себе частиною групи, зворотний зв'язок, рефлексія, прощання).

Групові заняття проводяться в ігровій формі. Ігрова діяльність навчає дітей керувати своєю поведінкою та через взаємодію з ровесниками розширює можливості кожної дитини. Створення ситуацій успіху допомагає учням самостверджуватись, відчувати впевненість у собі, що сприяє ефективнішому засвоєнню знань. Однак дітям буває складно висловлювати свої думки та почуття, звертатися до інших, отримувати зворотний зв'язок. Тому розвиток комунікативних умінь є важливим чинником корекційної роботи. До того ж тренування спонтанного мовлення учнів сприяє формуванню операцій мислення, логічних умовиводів.

Використовуються сюжетно – рольові ігри, музичні фізхвилинки, перегляд мультфільмів, методи арт – терапії, зокрема, пісочної терапії.

Корекційно – розвивальне заняття №3. Тема «Казкотерапія».

Мета: вивчення процесу адаптації першокласників до шкільного навчання; виявлення чинників, які впливають на процес адаптації, розвиток творчої уяви, дрібної моторики рук, виховування почуття відповідальності, формування навчально-пізнавальної мотивації і позитивного відношення до школи у першокласників через казкотерапію.

Обладнання: папір, кольорові олівці, м'яч.

Хід заняття

Вступ.

1. Слова психолога. Повідомлення теми, мети заняття, про те, що наше знайомство продовжується.

2. Вправа – привітання. Хід вправи. Психолог говорить такі віршовані слова.

«Я всміхаюсь сонечку: Здрастуй, золоте.

Я всміхаюсь квіточці: Хай вона цвіте!

Я всміхаюсь дощику: Лийся мов з відра.

І тобі всміхаюся: Зичу я добра.

Учням пропонується привітатися один з одним за руку.

Головна умова – поздороватися з кожним з присутніх, нікого не пропустивши.

2. Вправа –розминка. «Знайомство».

Хід вправи. Психолог, в руках, якого знаходиться м'яч, розповідає правила гри, про себе і свої інтереси, задаючи тим самим характер гри. Учень, який отримав м'яч, представляє себе: називає своє ім'я і улюблене заняття, хобі, захоплення. М'яч отримує кожен учень.

Основна частина

Вправа – руханка. Хід вправи. Вправа для «слухняних» пальчиків. Психолог розкаже хід даної вправи, демонструючи пальці своєї руки.

Оцей пальчик хоче спати,

А цей пальчик уже ліг,
Оцей пальчик лиш здрімнув,
А оцей - уже заснув.
Оцей міцно - міцно спить,
Тихо-тихо, не шуміть!
Сонце вранці зійде,
Ранок ясний прийде.
Будуть пташки щебетати,
Будуть пальчики вставати.

Учитель зачитує казку М.Панфілової «Лісова школа». Учні слухають, потім відбувається обговорення.

Жив-був Їжачок. Він був маленький, кругленький, сірого кольору, з гостреньким носиком і чорними очима - гудзиками. На спині у Їжачка були справжнісінькі колючки. Але він був дуже добрим і ласкавим. А жив Їжачок в школі. Так в самій звичайній школі, де було багато дітей, яких вчили мудрі вчителі. Як він сюди потрапив, Їжачок і сам не знав: може бути, його якийсь школяр приніс для «живого куточка» ще крихітним, а може, він і народився в школі. Скільки Їжачок себе пам'ятав, він завжди згадував шкільні дзвінки, теплі руки дітей, їх смачні частування та уроки ...

Дуже подобалися Їжачку, як проходили уроки. Разом з дітьми Їжачок вчився писати, рахувати, вивчав і інші предмети. Звісно, це було непомітно для людей. Їм здавалося, бігає Їжачок, радіє життю. А їжачок мріяв ...

І мріяв він про те, що коли виросте, стане вчителем і зможе навчити всіх своїх лісових друзів всьому, що вміє і чого навчився сам у людей в школі.

Ось Їжачок став дорослим, і прийшла пора здійснитися його мрії. Лісові мешканці побудували справжню школу, в якій будуть вчитися зайчата, лисенята, вовченята, мишенята та інші звірі. Учитель готував клас, до прийому першокласників. У світлій кімнаті стояли столи, стільчики. На стіні висіла

дошка, на якій можна писати крейдою. Їжак приніс підручники- книжки з картинками, які допоможуть навчити писати, рахувати наших учнів.

Сорока принесла в Лісову школу блискучий дзвінкий дзвіночок.

- Навіщо ти принесла в школу якусь іграшку? - запитав у Сороки сторож-Кріт, - Адже в школі не граються, а вчаться!

Сорока відповіла:

- Мене Їжак попросив. Я буду відповідати за дзвінки.

- А навіщо нам дзвонити? Школа-таки не пожежна машина! - дивувався Кріт.

- Ех, ти нічого про школу не знаєш! Якщо дзвенить дзвінок – значить пора на урок. А якщо на уроці - дзвінок. Значить, пора відпочити дружок! - затріскотіла Сорока.

- Почекай, Сороко, поясни мені ще разок. Якщо діти прийдуть в школу, то, почувши дзвінок, побіжать на урок?

- Так, тільки не побіжать, а підійдуть до столиків, в очікуванні вчителя - відповіла Сорока.

- Це вірно! - підхопив Їжак - Саме так роблять справжні школярі.

- Так наші хлопці-звірята можуть і не знати ці правила? - захвилювався Кріт.

- Прийдуть до школи і дізнаються! - знову затріщала Сорока.

- Так, - підтвердив Їжак, - Дізнаються, як стати школярем, як правильно писати, рахувати, і багато іншого.

Їжак, Кріт і Сорока затихли. У Лісовій школі було тихо і свіжо. В очікуванні першокласників дерева на шкільному подвір'ї причепурилися і шелестіли своїм жовто-червоним листям. Здавалося, що вони теж розмовляють.

«Пора, пора!» - оголошує всьому лісові клен.

«До школи !» - шепоче берізка.

Запитання для учнів:

- **Чи сподобалася вам казка? Чим?**

- **Що ви можете сказати про героїв казки? Чи подобалося їм бути у школі? Чому?**

- **Які відомі шкільні правила почули в казці?**

Вправа. «Знайди відмінності».

Хід вправи. Кожному учню пропонуються дві картинки, що здаються на перший погляд однаковими, але мають 10 істотних відмінностей. Учні повинні знайти ці відмінності і відмітити їх олівцем. Виграє той, хто знайде їх більше і швидше.

Обговорення. Діти коментують виконане завдання.

Вправа – руханка. «Зірви яблуко».

Хід вправи. Дітям пропонують розміститися в кімнаті так, щоб навколо кожного було достатньо вільного місця. Психолог говорить: «Зараз ми збиратимемо в саду яблука, які ростуть високо. Щоб зірвати яблуко, потягніться правою рукою якомога вище, станьте на носочки, глибоко вдихніть і зривайте яблука. Тепер нагніться, покладіть яблуко в кошик, і поволі видихніть. Чудово! Зірвіть ще 2-3 яблука – то лівою рукою, то правою. Тепер давайте потрясемо долонями і повернемося за парти».

Діагностика. Малюнок. «Я в школі». Діти отримують інструкцію від психолога про те, що їм необхідно намалювати все те, чим вони займаються в школі.

Обговорення. Діти представляють свої малюнки, розповідають про те, що на них зображено.

Вправа – гра «Збери портфель». Хід вправи. Дітям необхідно зібрати портфель в школу. Кожен по черзі із дітей називає ті предмети, які, на їхню думку, знадобляться їм у школі.

Обговорення вправи. Діти розповідають, для чого їм знадобиться той чи інший предмет в школі.

Завершальна частина.

Заклучна рефлексія

Запитання для обговорення:

- Що сподобалось сьогодні на занятті?

- Що було важким?

Ритуал прощання. Хід вправи. Психолог говорить слова: «Кожне слово для людей має значення. На прощання говори...» (всі разом діти повторюють: «До побачення»). Діти повторюють слова прощання.

Заняття №7. Тема: Я і моя сім'я.

Мета: ознайомлення із членами сім'ї, традиціями; розвиток пам'яті, мислення, спостережливості, уваги, словникового запасу, мовлення, довільної уваги, дрібної моторики рук; вчити зосереджуватись на сприйнятті цілого, розподіляти та переключати увагу, виховання згуртованості, поваги і шани до родини.

Обладнання: папір, кольорові олівці, м'яч.

Шануй батька твого і матір твою,

Щоб тобі було добре і щоб ти довго

прожив на

На землі.

(4 Божа заповідь)

Хід заняття

Вступ.

1. Слова психолога. Повідомлення теми, мети заняття.

2. Вправа - привітання. «Ім'я». *Хід вправи.* Діти по колу передають м'яч, називаючи своє ім'я, а також ті імена, якими його звать батьки, дідусь, бабуся, сестри, брати.

3. Вправа - розминка. *Гра «Помінятися місцями ті, у кого...».* *Хід вправи.* Психолог говорить слова: «Помінятися місцями ті, у кого...» - є старший брат, молодша сестра, молодший брат, дідусь, бабуся, хто любить своїх батьків. Діти в цей час рухаються відповідно даних вказівок.

Основна частина.

4. Інформаційне повідомлення. Значення сім'ї в житті людини. Обговорення епіграфу заняття.

5. Малюнок «Моя сім'я». Психолог ознайомлює дітей із інструкцією, яка передбачає намалювати свою сім'ю. Діти виконують завдання.

Обговорення. Презентація малюнків. Діти розповідають, кого вони зобразили на малюнку. (можна створити галерею малюнків і залишити в класній кімнаті. Потім зробити інтерпретацію малюнків).

6. Казка «Як мати стала зозулею».

Були собі чоловік і жінка і мали четверо дітей. Жили вони з риболовлі. Якось чоловік застудився і помер. Жінка сама ловила рибу і годувала дітей. Та незабаром і вона застудилась і злягла хвора. Лежить у постелі, а дітей і немає чим годувати. Вже й у неї пересохло в горлі, мовила тихо до дітей:

— Діточки, діточки, подайте мені води. Бо не дам собі ради, щоб підвестися самій, а пити так хочеться.

— Нема в хаті води,— одказують діти.

— Візьміть глечик,— каже мати,— підіть до річки та й наберіть води.

Озвався старший хлопець:

— Я не маю чобіт, нехай іде сестра.

Мати до дочки:

— Піди, доню, принеси мені води.

— Я не маю хустки завинутися. Нехай іде менший.

Просить мати меншого сина:

— Піди, Івасику, принеси мені водички.

— Я не маю в що вдягнутися,— одказує той.

Так ніхто і не приніс хворій матері води.

Пішли діти надвір, граються, а мати в хаті ледве-ледве підводиться з ліжка, обростає пір'ям. А найменший хлопчина саме вбіг у хату, бачить - мати вже стає зозулею, став гукати до брата і сестрички:

- Наша мати стає зозулею, хоче одлетіти од нас. Скоренько біжімо по воду для неї.

Схватали діти хто що: глечик, кружечку, відро. Всі побігли до річки, набрали води і кричать навперебій:

— Мамочко, мамочко, пий воду.

А мати вже вся обросла пір'ям, стала зозулькою, одлітає од хати:

— Ку-ку, ку-ку... Пі-зно, ді-ти, пі-зно... Ку-ку, ку-ку...

І стала одлітати. А діти за нею бігли, бігли, збиваючи по грудях ноги до крові. І до цих пір у лісах, на полянах стелиться мох з червоними краплинами: то, кажуть, ті краплини крові, що стікали отоді з ніг дитячих.

А мати назавжди одцуралася рідних дітей і донині літає зозулею.

Обговорення казки. Питання для обговорення.

- Скільки дітей було в матері?
- Що просила мама у дітей?
- Хто допоміг матері?
- Що сталося з матір'ю?

7. Вправа - руханка. Вправа для «слухняних» пальчиків. *Хід вправи.*

Психолог розповідає вірш і одночасно демонструє рухи пальцями рук.

- Оцей пальчик - наш дідусь,
- А оцей - бабуся,
- Оцей пальчик - наш татусь,
- А оцей - мамуся,
- Ну а цей маленький,
- Їх синок гарненький.

8. Вправа «Прикрась слово». *Хід вправи.* Психолог називає слово (іменник), а діти добирають ознаку до цього слова, що означає дане слово.

Мама (яка?), тато, дідусь, сестра, бабуся.

Обговорення.

- До якого слова найлегше було дібрати слова – ознаки?

Завершальна частина

9. Вправа - гра «Бабуся збирає у кошик...». *Хід вправи.* Дітям необхідно продовжити речення. Спочатку повторити слово попереднього учня, а потім сказати своє слово.

Наприклад, бабуся збирає в кошик яблука. Наступна дитина говорить: бабуся збирає в кошик яблука і груші і т. д.

Обговорення.

- Чи важко було запам'ятовувати слова, які придумували однокласники.

10. Заключна рефлексія

Запитання для обговорення:

- *Що сподобалось вам сьогодні на занятті?*

- *Що було важким?*

11. Ритуал прощання. Вправа. «Оплески». *Хід вправи.* Психолог ознайомлює дітей з даною інструкцією. «Всі ви бачили, як аплодують артистам після концерту чи вистави. Я хочу запропонувати вам гру. В кінці нашого заняття ми всі стаємо в коло. Один із нас починає дарувати оплески одному із своїх однокласників. Потім вони обирають наступного учня, підходять вже двоє до третього і теж дарують йому оплески. Щоразу той, кому аплодували, має право обрати наступного. Таким чином гра триває і овації стають все гучнішими. (Кульмінація гри – коли остання дитина чує оплески всієї групи.

Заняття №8. Тема. Життя в школі.

Мета: виявлення прихованої агресії та дезадаптації дітей, розвиток словникового запасу, поінформованості, мислення, пам'яті, уваги, розумових операцій(узагальнення, класифікація), мовлення, дрібної моторики рук; вчити зосереджуватись на сприйнятті цілого, розподіляти та переключати увагу, аналізуючи зовнішній вигляд, розмір об'єкта; розвиток спостережливості, вольової регуляції; формування вміння дотримуватись встановлених правил, позитивної навчальної мотивації, виховання згуртованості, почуття дружби і товаришування.

Обладнання. М'яч, кубики, олівці, папір.

Хід заняття

Вступ

1. Слова психолога. Повідомлення психолога теми, мети заняття, про те, що сьогодні будемо говорити про школу та особливості шкільного життя.

2. Вправа - привітання. «Струм». *Хід вправи.* Учасники сідають в коло, тримаючись за руки і передають по колу «струм» (тиснуть один одному руку), в думці передаючи гарні побажання. По можливості їх потім діти можуть і озвучити.

3. Вправа - руханка. «Тупотіть ті, хто...». *Хід вправи.* Психолог звертається до дітей із словами: «Тупотіть ті, хто любить співати, танцювати, ходити в школу, малювати, читати і т.д.». Діти виконують дані вказівки, якщо це стосується їх самих.

Основна частина.

4. Вправа «Придумати слова». *Хід вправи.* Психолог повідомляє про те, що необхідно придумати слова на шкільну тематику.

Слова, що означають риси характеру на букви «Ш, Щ».

Букви «Ш та Щ» скажуть вам свої слова.

Щедра, щаслива, щира душа,

Шановна особа, широка натура,

Сповнена внутрішньої культури.

І зовсім, діти, для нас не дивно,

Що це, звичайно, шляхетна людина.

Обговорення.

- Які незнайомі слова ви почули?

- Чи зрозумілі вам всі слова?

- Як ви розумієте словосполучення «шляхетна людина»?

5. Вправа. «Скарбниця бажань». *Хід вправи.* Кожен із дітей бере до рук кубик і придумує бажання, яке пов'язане із шкільним життям, в чому відчуває труднощі в навчанні. Потім дитина кидає до скриньки кубик і промовляє своє бажання.

Наприклад, я хочу навчитися добре писати літери, малювати, лічити і т.д.

Обговорення. Звертаю увагу дітей на характер труднощів і запевняю, що все можна виправити і всього в школі навчитися, тільки важливо мати бажання, бути старанним і працьовитим.

6. Вправа – руханка. «То не є проблема» (від

7. ео фізхвилинка).*Хід вправи.* Діти відтворюють рухи, які демонструються на екрані проектора.

7.Творче завдання. *Хід вправи.* Необхідно скласти казку про лісову школу тварин. Психолог починає, а діти продовжують. Ми з вами вже малювали лісову школу тварин, а тепер спробуймо розказати, як жилося в цій школі тваринкам, що вони робили, як вчилися, відпочивали на перервах?

Обговорення. Діти висловлюють свої думки відносно даного завдання.

Завершальна частина

8. Гра «Клейовий дощик». *Хід вправи.* Психолог коментує хід вправи, а діти виконують дані рухи. Вони стають один за одним і тримають за плечі того, хто стоїть попереду. У такому положенні вони долають різні перешкоди:

- присісти і підвестися, обійти «широке озеро», продертися крізь «дрімучий ліс», ховатися від «диких звірів». Протягом всієї вправи діти не повинні відчіплятися від свого партнера. Вправа сприяє згуртуванню групи.

Обговорення. - Чи легко було виконувати дану вправу?

- Хто з вас «відклеївся»?

9. Вправа «Незакінчене речення». *Хід вправи.* Психолог пропонує дітям закінчити речення «Для мене школа – це...».

10. Заключна рефлексія

Запитання для обговорення:

Що сподобалось вам сьогодні на занятті?

Що було важким?

11. Ритуал прощання. «Оплески».

Заняття №9. Тема. Наші емоції.

Мета: забезпечення атмосфери довіри, зниження емоційного напруження, підвищення рівня адаптації в колективі, розвиток вміння розпізнавати емоційні стани інших людей, зорової пам'яті, здатності мислення до узагальнення та класифікації, мовлення, дрібної моторики рук; набуття вміння зосереджуватися на сприйнятті цілого, виділяти в зображенні окремі контури об'єктів, розподілення й переключення уваги, встановлення подібності об'єктів; сприяння розвитку рухової пам'яті, формування пізнавальної активності, виховання почуття милосердя, співчуття.

Обладнання: абетка почуттів, ілюстрації до казок, кольорові олівці, папір, фарби.

Хід заняття

Вступна частина

1. Слова психолога. Повідомлення психолога теми, мети заняття.

2. **Вправа – привітання «Усмішка по колу».** Хід вправи. Усі діти беруться за руки і передають «усмішку по колу». Кожна дитина повертається до свого сусіда праворуч або ліворуч і, побажавши йому щось гарне і приємне, усміхається йому, той усміхається наступному сусідові і т. д.

Обговорення. Питання для обговорення.

- Чи приємно отримувати компліменти, посмішки один від одного?

- Який настрій зараз переважає у вас? Діти висловлюють свої думки відносно даного завдання.

Основна частина.

2. **Інформаційне повідомлення. Наші емоції.** Кожна людина – це окреме «Я», це особистість. До основних емоцій належать: радість, гнів, здивування, сум, страх. Покажіть, будь ласка, за допомогою виразу обличчя емоцію «радість». Почуття – це вищий рівень розвитку емоцій (почуття любові, милосердя, доброти). На дошці абетка почуттів та ілюстрації казкових героїв, які відтворюють певні емоції.

Обговорення. Діти обговорюють абетку почуттів і порівнюють казкових героїв (див. допоміжні матеріали).

4. Вправа - гра «Хто швидше розплутає порівняння». Хід вправи. Психолог зачитує дані порівняння (плакат на дошці). Діти аналізують їх.

Дужий, як заєць.

Кучерявий, як слон.

Вірний, як лис

Боязкий, як вовк

Голодний, як ведмідь

Колючий, як віл,

Хитрий, як баран,

Здоровий, як миша,

Неповороткий, як пес,

Впертий, як їжак,

Маленький, як осел.

Обговорення. – Хто із звірів вам більше симпатизує?

- Розкажіть про свою улюблену тваринку.

5. Бесіда. «Чарівне містечко». Хід бесіди. Так мандруючи разом із казковими героями ми опинилися в чарівному містечку. Як і в кожному місті, тут є вулиці. Перша вулиця – Людяності. Розташовані будинки Доброти і Впевненості. На верхньому поверсі у будинку Доброти живуть добрі люди, казкові герої. На нижньому поверсі живуть ті, в кого доброти менше. Поселенням у будинки Доброти і Впевненості займається Чарівник. Як ви вважаєте, куди поселить він наших казкових героїв (лисицю, вовка, Карлсона, Попелюшку, кота Леопольда).

А як ви думаєте, куди поселить Чарівник вас в цих будинках? Поселіть своїх друзів, обміняйтесь листочками із підписаними своїми іменами (кожна дитина підходить до намальованих будиночків і робить вибір).

6. Вправа - руханка. «Потяг». Хід вправи. На дошці прикріплені слова - почуття: доброта, любов, радість, людяність, сміливість, ніжність, турбота,

милосердя, впевненість. Діти по черзі вибирають собі дані слова. Перша дитина каже: «Я - потяг доброти. Будь моїм вагончиком» і підходить до будь-кого із своїх однокласників. Так формується потяг. Діти рухаються, тримають один одного за плечі і видають звуки потяга

Обговорення. Діти висловлюють свої думки щодо даних слів, значення яких стараються самі пояснити, а також отримати коментарі від психолога.

Завершальна частина

7. Арт – терапевтична вправа «Малюємо пальчиками». Діти на альбомних аркушах, обмочуючи пальчики у фарби, малюють малюнок. Тему вибирають самостійно, хто що бажає малювати на даний час.

Обговорення. Питання для обговорення.

- Який настрій переважав, коли ви малювали?
- Яка тематика вашого малюнка?
- Які переважаючі кольори у вас на малюнку?

8. Заклучна рефлексія

Запитання для обговорення:

- Що сподобалось вам сьогодні на занятті?
- Що було важким?

9. Ритуал прощання. «Оплески».

Допоміжні матеріали до заняття №7

Ілюстративний матеріал до вправи 3 «Наші емоції».



Заняття №10. Тема. Доброта.

Мета: усвідомлення поняття «добро» і «зло», розширення і збагачення словникового запасу учнів, заохочення бажання робити добрі вчинки, розвиток творчої уяви, зорової пам'яті, мислення, мовлення, дрібної моторики рук; набуття вміння зосереджуватися на сприйнятті цілого, виділяти головне, розподіляти й переключати увагу, встановлювати подібність об'єктів; виховання почуття дружби, розвиток вміння вибору позитивної поведінки в соціумі.

Обладнання: плакат «Горнятко доброти», музичний супровід, олівці, фарби, папір.

Хід заняття

Вступ.

1. Слова психолога. Повідомлення теми, мети заняття.

2. Вправа – привітання. *Хід вправи.* Психолог промовляє такі слова:

«Добрий день – тобі сказали.

Добрий день – відповів ти.

Як дві ниточки зв'язали:

Теплоти і доброти.

Всі діти взяли за руки, посміхнулися один одному і промовили: «Я радий тебе бачити!»

3. Вправа – розминка «Кошенята». *Хід вправи.* Дітям пропонується розглянути малюнок і відгадати, де чий тіні. З'єднати кошенят з їхніми тіннями. Завдання може бути як індивідуальне, так і групове.

4. Вправа. Рольова гра «Кошеня». *Хід вправи.* Психолог змалює таку образну картину. Уявіть собі ситуацію: мама принесла в дім кошеня. Йому страшно і сумно. Кожний із дітей по черзі стає кошеням, а інші діти говорять йому добрі слова, намагаючись заспокоїти, нагодувати кошеня. В ролі кошеняти по можливості повинні бути всі діти. А особливо ті, в яких підвищений рівень тривожності, низька самооцінка.

Обговорення. Питання для обговорення.

- Як ви почувалися в ролі кошеняти?

- Чи важко було вам «заспокоювати» кошеня?

Основна частина

5. Інформаційне повідомлення про добро і зло. Що таке добро? Що таке зло?

Розкажу вам таку легенду. Прийшов якимось воїн до старого мудреця і запитує: «О мудрець, відкрий мені таємницю життя. В чому різниця між добром і злом? Мудрець замислився і відповів: «Ти – молодий дурник. Як

людина, подібна до тебе, може зрозуміти таке?» Почувши це, воїн заволав і дістав свій меч. Цієї миті мудрець сказав йому: «Це і є зло». Почувши ці слова, воїн заховав свій меч. А мудрець сказав: «А – це добро».

Обговорення.- Як ви зрозуміли науку мудреця?

- Наведіть приклади добра і зла.
- Яким кольором ви позначили б добро і зло? Чому?

6. Арт – терапевтична вправа «Добро», «Зло». *Хід вправи* Діти виконують завдання. На одному аркуші діти малюють добро, а на іншому – зло.

Обговорення. Демонстрація малюнків. Звертаємо увагу на гаму кольорів. Як можна змінити «злі» малюнки? (домалювати світлі образи, змінити палітру кольору, також можна знищити такий малюнок).

7. Вправа «Придумай слова». *Хід вправи.* Доберіть до слова «добро» якнайбільше подібних слів (добро, добродій, добродійка, добрячок, добробут, доброзичливий, добродушний, доброта).

8. Вправа - руханка «Потяг». *Хід вправи* .Зі слів, які придумали діти будують потяг доброти. (див. заняття №7).

9.Вправа - релаксація. «Горнятко доброти».(під легку музику). *Хід вправи.* Влаштуйтеся зручно, заплющте очі, дихайте спокійно, рівно. Уявіть перед собою аркуш білого паперу, а на ньому своє улюблене горнятко. Розмалуйте його уявно так, як вам хочеться. Ще раз уважно розгляньте. Наповніть його по вінце улюбленим напоєм. А тепер уявіть іще порожнє горнятко, і відлийте в нього із свого горнятка. А поряд ще є порожнє горнятко. Відлийте із свого горнятка в усі свого улюбленого напою. А тепер зазирніть у своє горнятко. Воно знову повне. Це горнятко стало особливо чарівним. Адже воно наповнилося вашою добротою. Розплющте очі. Спокійно і впевнено скажемо: «Це я! У мене є таке горнятко».

Обговорення. Діти розповідають про свої враження. Психолог демонструє своє горнятко доброти. Чому горнятко завжди ставало повним,

хоча ми відливали з нього свій улюблений напій. *(Чим більше доброти віддаєш іншим, тим більше доброти отримуєш навзаєм).*

10.Бесіда. Прислів'я про добро.

Добре слово краще за цукор і мед.

Добрим словом і мур проб'єш, а лихим і в двері не ввійдеш.

Раз добром зігрите серце, вік не прохолоне.(Т. Г. Шевченко).

Діти слухають прислів'я із дошки. Стараються пояснити їх зміст.

Завершальна частина

11.Творче завдання. Скласти правила доброти. *Методом Мозкового штурму»* діти висловлюють свої думки, а психолог записує на плакаті.

Правила доброти (орієнтовні)

- *допомагати слабким, маленьким, хворим, стареньким, немічним, тим, хто потребує допомоги.*

- *прощати помилки іншим.*

- *не бути жадібним.*

- *не заздрити.*

12. Домашнє завдання. Намалювати своє горнятко доброти.

13.Заключна рефлексія.

Запитання для обговорення:

- *Що сподобалось вам сьогодні на занятті?*

- *Що було важким?*

14. Ритуал прощання. «Оплески».

Допоміжні матеріали до заняття №8

Ілюстративний матеріал до впрви 3 «Кошенята».



Заняття №11. Тема. Людина починається з любові.

Мета: розвиток самоаналізу, вміння оцінювати і аналізувати поведінку інших, розпізнавати емоційні стани, розвиток, творчої уяви, зорової пам'яті, критичного мислення, мовлення, дрібної моторики рук; набуття вміння зосереджуватися на сприйнятті цілого, виділяти головне, розподіляти й переключати у вагу, виховання почуття любові один до одного.

Обладнання: олівці, фарби, папір, скринька із дзеркалом, різні листівки, музичний супровід.

Возлюби ближнього свого, як самого себе"

(Матф.22: 39).

Хід заняття

Вступ.

1. Слова психолога. Повідомлення теми, мети заняття.

2 . Вправа - привітання. Хід вправи. Психолог промовляє такі слова:

«Ти усміхнися небу,
усім, хто біля тебе:
і братику й сестричці,
і сонечку й травичці.

Люби усіх довкола, удома та у школі.» Діти вітаються, посміхаються один одному, беруться за руки, і всі голосно промовляють: «Доброго дня всім!»

3.Вправа – розминка. Психогімнастика. Хід вправи. Психолог пропонує дітям виконати такі рухи. Посміхнутися як: кіт на сонечку, як сонечко. Пострибати як: коник, як кенгуру.

Основна частина

4. Вірш. Лесі Вознюк «Від серця і до серця». Психолог зачитує вірш.

Від серця і до серця
ми прокладемо стежинку,
у кожного позичим
любові на краплинку.
І ось уже — дорога,
по ній ітимуть люди.
Краплинка до краплинки —
з любові море буде.
Ми ключик доберемо
до кожного серденька.
Попросим милосердя
насипати у жменьку.
Зернята в колос повний
піднімуться у краї,

і нація духовні
збиратиме врожаї.
Від серця і до серця
збудуємо місточок.
Ми доброти попросим
малесенький шматочок.
Усім за ці щедроти
сторицею воздасться,
бо вміти дарувати —
найвище в світі щастя.

Обговорення. Питання для обговорення.

- Про що розповідається у вірші?
- Які «теплі» слова ви почули у вірші?
- Які слова виражають риси характеру людини? (доброта, щастя, любов)

5. Вправа. «Придумай слова». Хід вправи. На першу букву слова «любов» придумати слова, які б виражали риси характеру людей. Діти придумують слова, а потім психолог зачитує такі віршовані рядки.

Буква «Л» по праву гордитися має,
Що такі гарні слова вона знає!
Любов і людяність людям дарує.
Ласкавим і лагідним стать пропонує.
Будь люблячим сином своїй Україні,
Лелій її душу у злагоді й мирі!
Обговорення. Чи всі слова зрозумілі?

6. Інформаційне повідомлення. «Люби ближнього свого, як самого себе» (звертаю увагу на епіграф заняття). Сьогодні ми будемо говорити на занятті про почуття любові один до одного. Одна із Заповідей Божих говорить: «Люби ближнього свого, як самого себе». Як ви думаєте, що означає любити? Любов усе об'єднує, все з'єднує; любов – не просто християнська чеснота, це сукупність християнських чеснот, любов являє собою суттєву властивість

Божу. Ап. Іоан сказав ще більше, він назвав Бога – любов'ю: “Бог є любов, і хто перебуває в любові, перебуває в Бозі і Бог у ньому” (1 Ін. 4, 16). Любов – всесвітній закон; все утворилося від Бога любові і все зв'язане любов'ю, люди створені для взаємної любові, яка зв'язує їх у сім'ї, в суспільстві, в державі. Батьки люблять дітей своїх і діти – батьків тому, що любов – це вроджене почуття. Почуття милосердя і співчуття набувається не досвідом і не через науку, воно притаманне людській природі.

7.Рефлексія попереднього заняття. Хід вправи. Домашнє завдання - малюнки дітей «Горнятко доброти». Діти демонструють свої малюнки, розказують, що на них зображено і прикріплюють на дошку.

З ким би ви хотіли поділитися тією добротою, що міститься у вашому горнятку? Кому із однокласників ви б поділили своєї доброти, а кому б допомогли?

8.Вправа. «Найголовніша людина». Хід вправи .Психолог говорить: «Діти, зараз ви побачите найголовнішу людину в світі. Як ви думаєте, хто ця людина? Зараз я підійду до вас і ви побачите цю людину в скриньці. Психолог підходить до кожної дитини із скринькою, в якій міститься дзеркало. Діти заглядають в скриньку і –дивляться на себе. Отже, ви зрозуміли,що найголовніша людина в світі – це ви.

9. Вправа – руханка.«Знайди друга». Хід вправи. «Найголовніша» людина повинна мати друзів. За допомогою розрізаних навпіл листівок діти знаходять собі пару.

10. Вправа - релаксація. «Розфарбуй любов'ю». Хід вправи. Діти залишаються в парах.

(звучить релаксаційна музика «Шум моря»). Психолог промовляє такий текст.

Зараз ми спробуємо поділитися любов'ю один з одним. Витягніть руки вперед і уявіть собі, що вони вкриті кольором любові. Який колір ви для себе виберете? Спробуйте «розфарбувати» один одного кольором любові, ніжності,

доброти. Я покажу, як це можна буде зробити (до кількох дітей підходжу і показую, наголошуючи на кольорі для кожної дитини окремо).

Спочатку підготуйте свої долоньки для «розфарбовування»: потріть їх, відчуйте як вони стають теплими. Тепер витягніть долоні вперед, вони злегка поколюють, вони сповнені любові, енергії. Підійдіть до свого друга і почніть розфарбовувати його. Покладіть руки на голову свого напарника. Пошліть йому в думці ласкаві і ніжні слова. Уявіть, яким кольором любові і добра ви вкриваєте його. Забарвлюйте обличчя, щоки, вуха. Через плечі спускайтеся по руках до долонь і так до ніг. Це триває 1 – 2 хвилини. Діти міняються місцями і вправа повторюється.

Обговорення. Питання для обговорення.

- Що ви відчували, коли виконували цю вправу? Коли вас «забарвлювали» і ви «забарвлювали» свого друга.

- Яким кольором ви фарбували один одного?

- Які думки посилали один одному?

11. Руханка. «Не забудь». (відеоролик). Хід вправи. Діти під музику виконують рухи.

Завершальна частина

12. Вправа «Незакінчене речення». Я люблю....

13. Домашнє завдання. «Фарби любові». Дітям необхідно намалювати почуття любові. Подумайте, якими кольорами можна виразити любов до людей?

14. Заключна рефлексія

Запитання для обговорення:

Що сподобалось вам сьогодні на занятті?

Що було важким?

15. Ритуал прощання. «Оплески».

Заняття №12. Тема. Чи важко бути добрим?

Мета: формування вміння висловлювати думки, розвиток мислення, мовлення, пам'яті, уваги, розумових операцій, дрібну моторику рук; сприяти

розвитку вольової регуляції, уміння зосереджуватись; формування позитивної навчальної мотивації, виховання відповідальності за свої думки і вчинки, бажання дарувати добро людям розвиток набуття вміння спостерігати, аналізувати і робити висновки, формування адекватної самооцінки.

Обладнання: олівці, папір, фарби, мультфільм «Квітка – семиквітка», музичний супровід.

Бажаю, щоб ви були мудрі і добрі.

(Послання до римлян. 16:19)

Хід заняття

Вступ.

1. Слова психолога. Повідомлення теми, мети заняття.

2. **Вправа – привітання.** Хід вправи. Назвати своє ім'я і продовжити речення: «Понад усе я люблю ...»,

«Про мене кажуть, що я ...

3. **Вправа - розминка.** «Вітер дує на..». Хід вправи. Психолог промовляє слова: «Вітер дує на того, у кого довгі коси, чорне волосся, хто любить гратися, і т. д.». Діти в цей час пересідають з місця на місце, якщо ці міркування відносяться до них.

Основна частина.

4. Рефлексія попереднього заняття. «**Фарби любові**». Хід вправи. Діти презентують свої малюнки.

5. **Інформаційне повідомлення. Чи важко бути добрим.** Кожна людина живе за притаманними їй звичками. Звикла людина до зла – отже і вважає його своїм нормальним станом, а добро здається їй чимось неприродним і для неї непосильним. Якщо ж людина звикла до добра, то вже робить його не тому, що так треба робити, а тому, що не може не робити, як не може людина не дихати, а птах не літати. Сьогодні ми спробуємо дати відповідь на питання: «Чи важко бути добрим?» В цьому нам допоможе мультфільм.

6. Перегляд мультфільму «Квітка – семицвітка».

Обговорення. Питання для обговорення

- Як потратила пелюстки своєї квітки дівчинка Женя?
- Яку добру справу зробила дівчинка для хлопчика Віктора?

7. Вправа – руханка. «Райдуга». (відеоролик). Хід вправи. Діти під музику виконують рухи.

8. Арт- терапевтична вправа. Малюнок «Квітка доброти». Хід вправи Діти малюють квітку із семи різнокольоровими пелюстками. Кольори діти вибирають на свій смак. Звертаю увагу на вибір кольорової гами. На кожну пелюстку діти придумують свої бажання.

Обговорення. Презентація дитячих малюнків. Діти озвучують свої бажання. Під час обговорення бажано заохочувати ті бажання дітей, які пов'язані із прагненням потурбуватися про товаришів, старших людей, слабших, тих хто потребує допомоги. Свої малюнки діти прикріплюють в класній кімнаті.

9. Вправа - релаксація. Хід вправи. Звучить легка музика. Психолог промовляє такі слова: «Заплющіть очі й уявіть себе маленькою пташкою, яка сидить на гілці. Ви уважно прислухаєтеся, про що шепочуться між собою листочки, про що співає вітерець у кроні дерева. Вам затишно і спокійно.

А тепер ви починаєте розгойдуватися: ліворуч – праворуч, ліворуч – праворуч. Розправили крила й полетіли зграйкою високо в небо. Легкий вітерець теплим струменем підхоплює вас і виштовхує все вище й вище в саму височінь небесну. Згори ви бачите безкрайне море, спокійне і лагідне. Далі ви побачили зелену галявину, спустилися на шовкову травичку. Повертайтеся до нас».

Обговорення. – Яку картинку вам вдалося змалювати?

- Що ви побачили?
- Чи вдалося вам відпочити?

Завершальна частина

10. Бесіда. Діти дають відповідь на поставлене на початку заняття питання «Чи важко бути добрим?» Зачитують і обговорюють прислів'я, які записані на дошці.

Щире слово, добре діло й серце обігріло.

З добром дружися, а лихого стережися.

Ласкаве слово – що весняний день.

11. Заклучна рефлексія

Запитання для обговорення:

Що сподобалось вам сьогодні на занятті?

Що було важким?

12. Ритуал прощання. Хід вправи .Діти взяли всі за руки, посміхнулися один одному доброю усмішкою. Дякую всім за співпрацю.

Додаток I

Конспекти окремих засідань батьківського клубу «Адаптація дитини до школи»

Засідання 1. Тема «Давайте познайомимося ближче. Сім'я і школа - тепер ми разом».

Мета: підвищення психолого-педагогічної компетентності батьків, що сприяє оптимізації дитячо-батьківських відносин, створенню умов для емпатійно-особистісного спілкування між членами сім'ї, формуванню установки на співпрацю зі школою з метою успішного навчання, виховання і розвитку особистості дитини.

Хід засідання

1. Знайомство. Слово вчителя.

— Доброго дня! Сьогоднішню зустріч розпочнемо зі знайомства. Ви можете сказати, що знаєте один одного, бо дітки ходили разом до дитячого садка, ви сусіди, чи просто були знайомі раніше. Але познайомитися ближче, дізнатися про людину більше ніколи не завадить. Ви почали формувати єдиний колектив, єдину класну сім'ю. А члени сім'ї мають знати один про одного якомога більше.

Розпочнемо знайомство розповіддю про себе: кажіть, як вас звати, і продовжуйте: «Я цікава(ий) тим, що...».

- Ось ми з вами і познайомилися, дізналися один про одного таких, якими ми є на цей момент.

2. Спогади дитинства. Бесіда вчителя та батьків.

- А тепер спробуємо згадати себе у шкільні роки.

- Що ви пам'ятаєте про шкільне життя?

- Які випадки вам запам'яталися найбільше?

- Можливо, хтось із вас пригадає якийсь випадок саме з першого класу.

(Розповіді батьків.)

- Ви щойно пригадали різні ситуації, випадки. Вони дають можливість уявити ваше шкільне життя, емоційний стан, стосунки в колективі.

Наскільки комфортно ви почувалися в школі, класному колективі, настільки вдалим у вас був адаптаційний період? У кожної людини неодноразово змінюються умови життя, і щоразу їй доводиться долати адаптаційний період.

3. Особливості адаптації (характеристика адаптаційного періоду). (виступ вчителя).

- Шестирічні хлопчики й дівчатка йдуть до першого класу дуже охоче, їх приваблює «дорослий» статус школяра. Ця віха у розвитку особистості дитини дуже важлива. Змінюється й ставлення батьків до «новоспеченого» учня.

Особливу увагу, якою оточують дорослі першокласника у більшості сімей, певно, можна порівняти хіба що з клопотами навколо новонародженого.

У перші дні й місяці навчального року ви часто буваєте в школі, вдома щодня переглядаєте зошити, а нерівні палички засмучують вас більше, ніж самих учнів. Проте мине час, і вже на кінець року становище першокласника перестане бути незвичним і для учня, і для батьків. Діти звикають до навчання, поступово при звичаються до нових обов'язків, замість паличок у зошитах з'являються спершу літери, потім слова, цифри...

Звичайно, деякі невдачі та неуспіхи завдають батькам і матерям прикрощів, за них ви починаєте дітей лаяти, карати. Але потрібно зрозуміти, чому дитина погано сприймає або запам'ятовує навчальний матеріал, у чому причина її неуважності, чому в неї інтерес слабший, ніж у інших дітей, у чому особливості її розумової діяльності.

Ваші діти долають черговий період адаптації, який розпочався з 1 вересня і триває в кожної дитини по-різному — від трьох тижнів до трьох місяців.

Тривалість адаптаційного періоду залежить від таких факторів:

- вік дитини;
- стан здоров'я та розумовий розвиток дитини;

- індивідуальні особливості дитини (поведінка значною мірою залежить від типу нервової системи);
- рівень натренованості адаптаційних механізмів (перебування в дитячому садку, умови життя);
- досвід спілкування з дорослими та ровесниками (позитивне ставлення до вимог дорослих, адекватне спілкування з іншими дітьми).

Залежно від зазначених факторів адаптація дитини до шкільних умов проходить по-різному. Є діти, для яких характерна «легка адаптація», «адаптація середньої важкості», «важка адаптація».

Дуже важливо до найдрібніших деталей продумати розпорядок дня школяра. На необхідність дотримання режиму дня вказують психологи, лікарі, адже це важливий засіб збереження нормальної працездатності учня. Режим дня значно залежить від індивідуальних особливостей дитини, умов життя.

Навчіть дитину правильно відпочивати.

Зміна діяльності є основою раціонального відпочинку. Для дитини 6—9-ти років колективна гра — це також вид діяльності. Але не кожен вміє весело та цікаво гратися. Інша крайність — під час відпочинку діти надто мало рухаються. Тому загальна стратегія відпочинку — зміна діяльності, зняття втоми за певний проміжок часу, позитивні емоції.

У цьому бурхливому житті нас часто спіткають невпевненість, труднощі, невдачі, помилки, незаслужені звинувачення, образи, конфлікти. І, як у мореплавців, кожному потерпілому в цих життєвих аваріях потрібна допомога.

У наш час існує багато *засобів психологічного захисту*. Але найбільш доцільними для учнів молодшого шкільного віку є дихальна гімнастика, фізичні навантаження, домашній затишок, спілкування з чотириногим другом, живопис, художнє слово, позитивні емоції, музика та спілкування з природою.

Найкращим способом усунути нервові напруження є фізичне навантаження — фізична культура і фізична праця. Якщо в дитини поганий настрій, їй необхідно гратися на свіжому повітрі в рухливі ігри, футбол,

волейбол, теніс. Добре усуває психічне напруження робота на городі, в саду, на клумбі.

Дитина повинна знати: якщо їй дуже важко в емоційному плані, треба йти додому. Домашній затишок, добре і лагідне слово рідних допоможуть їй.

Кішка та собака знімають стресовий стан, заспокоюють нервову систему.

Читання цікавої казки, оповідання сприяє зменшенню нервового напруження і заспокоює дитину.

Вважають, що театр має магічну силу впливу на психіку.

Здавна відомо, що усмішка, жарт, гумор знімають психічне напруження.

Природа заспокоює нервову систему, робить людину добрішою.

4. Робота психолога з батьками.

Нашу зустріч ми вирішили провести у дещо незвичній формі. Це дасть можливість кожному присутньому активно включатися в процес обговорення і бути безпосереднім учасником усіх завдань, які допоможуть краще пізнати себе і своїх дітей.

Сьогодні не має окремо доповідачів та окремо слухачів. Зараз ми одна команда, перед нами одне завдання – з'ясувати причини, які заважають дітям сприймати і засвоювати навчальний матеріал; розробити рекомендації для батьків, які б допомогли якісному навчанню учнів і сприяли швидкій адаптації. Збори складаються з двох частин: практичної і теоретичної.

Вже пройшов цілий місяць від першого дзвоника і ваші діти стали справжніми школярами. Вони дізнались багато цікавого і корисного. Знайшли друзів і вчаться товаришувати. Ми почали формувати єдиний колектив, єдину класну сім'ю. А члени сім'ї мають знати один про одного якомога більше. Тож давайте за прикладом дітей ближче познайомимось один з одним. Зробимо це за допомогою спеціальної вправи.

1. Вправа „Дерево”

Мета: познайомитися, згуртувати колектив батьків та створити комфортну атмосферу для успішної співпраці. Акцентувати увагу батьків та педагогів на позитивних рисах кожної дитини.

Матеріали: вирізані із жовтого паперу листочки, квіточки із синього та білого, засохла гілка дерева, на яку батьки прикріплюють листочки під час презентації.

На синіх квіточках запишіть всі позитивні якості вашої дитини, все хороше, що ви можете сказати про свою дитину.

Запишіть на білих квіточках усе що вас хвилює, не подобається у вашій дитині. Записуйте все, що прийшло в голову.

Усі ми з вами неідеальні. Так само і наші діти мають як позитивні, так і негативні сторони особистості. Наше з вами завдання - вчасно помітити ці недоліки і скерувати розвиток у правильне русло.

Візьміть білу квітку, прочитайте ще раз усе що написали і розірвіть її на маленькі частинки. Візьміть сині квіти, прочитайте запис і запам'ятайте його на все життя.

Тепер по черзі представте нам усім себе і вашу дитину. Прикріпіть квітку до дерева.

Подивіться, яким гарним стало наше деревце, такими ж гарними, добрими, вихованими стануть і ваші діти, якщо будуть чути від вас слова підтримки, похвали і заохочення. На дереві не вистачає листя. Воно з'явиться трохи пізніше, а поки що давайте обговоримо вправу, яку щойно виконали.

Обговорення:

Чи легко було представити себе і свою дитину?

Що дало виконання цієї вправа?

Висновок психолога: часто за буденними справами ми не звертаємо уваги на позитивні вчинки або риси характеру своєї дитини і сприймаємо їх як належне. І лише найменша помилка з боку дитини здатна привернути увагу батьків. Це неправильна тактика. Вона може призвести до небажаних наслідків і виховати в дитини почуття зневаги, малоцінності. Частіше акцентуйте увагу

дитини на її позитивних рисах, хвалить за найменший успіх. Віра дитини в свої сили – це 100% успіху.

Ну ось, тепер ми знайомі і можемо приступити до активної роботи.

Часто дорослі не можуть зрозуміти, як важко дитині у перші дні навчання, які почуття переповнюють її душу. Не розуміють сліз і небажання йти до школи. Психологи стверджують, що для того, щоб зрозуміти іншу людину, треба поставити себе на її місце і пережити все те, що вона переживає. Зараз ми спробуємо це зробити.

2.Практична робота (продемонструвати батькам почуття, які переживає дитина протягом тривалого періоду навчання у першому класі.) (авторська розробка).

Думаю, що вам часто доводилось чути прислів'я: „Яке дерево, такі в нього квіточки. Які батьки, такі діточки” Ви погоджуєтесь з такою думкою. Що ж зараз ми й побачимо, на що здатні батьки і чого можна очікувати від їх дітей.

Подивіться уважно на екран. За допомогою зображених букв вам необхідно скласти слова, а потім із слів скласти вислів. Після виконання вправи, кожен з вас зачитає свої вислови і ми оберемо найкращого автора. За моїм сигналом розпочинаємо роботу. (психолог слідкує за часом і вчасно попереджає про закінчення роботи). Зараз прошу всіх бути дуже уважними і активними. Бо ми будемо визначати переможця. І так приготувались. У мене є коробочка з папірцями, на яких записані цифри. Кожна цифра означає порядковий номер, за яким ви будете зачитувати свої вислови. Зараз я пройдуся між рядами і кожен обере один папірець. (після того, як усі батьки обрали свої номерки психолог дякує за роботу і починає обговорення вправи).

Перевіряти вислови ми не будемо. Я думаю, що всі батьки творчі і активні. Давайте краще обговоримо почуття, які виникли у вас перед тим, як ви отримали завдання. Що ви відчували? (батьки описують свої почуття)

Страх

Тривога

Розгубленість

Бажання сховатись, щоб ніхто не бачив

Страх того, що не впораєшся з завданням і будеш посміховиськом.

Тепер ви вже точно знаєте, як почувуються ваші діти переступивши поріг школи і в перші місяці навчання. Нам необхідно заспокоїти дітей, вселити в них віру у власні сили.

5. Висновок.

- Шановні батьки! Дозвольте закінчити нашу теплу зустріч щирим зиченням добра вашим родинам і залишити на згадку «Пам'ятку для батьків».

Хай будуть ваші руки сильними, а душі гарячими!

Хай поруч з мамою завжди буде тато!

Хай кожна людина має люблячих і мудрих батьків!

Пам'ятка для батьків

Ніколи не займайтесь «виховною роботою» в поганому настрої.

Чітко визначте, що ви хочете від дитини (і поясніть це їй), а також дізнайтесь, що вона думає з цього приводу.

Надайте дитині можливість бути самостійною, не контролюйте кожен її крок.

Не підказуйте готового рішення, а показуйте можливі шляхи до нього і розглядайте з дитиною її правильні і неправильні, доцільні та недоцільні кроки до мети.

Не пропустіть моменту, коли досягнуто перших успіхів.

Вкажіть дитині на допущену помилку, щоб вона осмислила її.

Оцінюйте вчинок, а не особистість. Пам'ятайте: сутність людини і її окремі вчинки — не одне й те саме.

Дайте дитині відчувати (посміхніться, доторкніться), що співчуваєте їй, вірите в неї, незважаючи на помилку.

Виховання — це наступність дій.

Вихователь повинен бути вимогливим, але добрим.

Засідання 2. Тема «Види батьківської любові. Як насправді любити дитину».

Мета: підвищення психолого-педагогічної компетентності батьків, що сприяє оптимізації дитячо-батьківських відносин, створенню умов для емпатійно-особистісного спілкування між членами сім'ї, формуванню установки на співпрацю зі школою з метою успішного навчання, виховання і розвитку особистості дитини.

Вимогливість батьків до себе, повага до своєї родини, контроль батьків за кожним своїм кроком — ось перший і найголовніший метод виховання.

А.Макаренко.

Хід заняття

1. Вчитель. Наше заняття я пропоную розпочати зі слів С. Гавриш «Тільки в любові виростають діти, батькам на втіху і людям на радість». Як ви це розумієте? (відповіді батьків).

2. Робота психолога з батьками.

Вправа «Слова схвалення»

Психолог. Я пропоную вам уявити себе дитиною будь-якого віку. Як вас хвалили в дитинстві? Що вам хотілося почути? Які слова для вас були найважливішими? Тепер ці слова чи фразу «подаруйте» сусіду ліворуч. Він, у свою чергу, робить те саме стосовно свого сусіда ліворуч. І так - по колу, аж поки воно не зімкнеться.

Запитання для обговорення:

-Що виявилось складним?

-Які емоції у вас виникли?

Визначення теми заняття

Виступ учителя.

Ви, напевно, бажаєте дізнатися, чому присвячене наше заняття? Для цього я розповім історію одного дитячого психолога (з книжки Ю.Гіппенрейтер).

На консультацію прийшов батько і розповів про такий випадок. Його син був залишений у дитячому ліжечку, поряд з яким знаходився стіл. Малюк якось умудрився перелізти через спинку ліжка на стіл, де його і застав батько, котрий увійшов до кімнати. Дитина, стоячи на колінах, сяяла, а тата охопив страх. Він підбіг до малюка, різко схопив його, поклав на місце і строго пригрозив пальцем. Дитина гірко заплакала і довго не могла заспокоїтися.

Психолог запропонував батькові спробувати відчувати себе у шкірі свого сина, уявити, що йому рік.

І ось він, малюк, уперше в житті, доклавши героїчних зусиль, виліз із обридлого ліжка на нову, незвідану територію. Що б він відчув?

Батько відповів:

-Радість, гордість, торжество.

- А зараз, - продовжував психолог, - уявіть, що з'являється дорога людина, тато, і ти запрошуєш його розділити свою радість. Замість цього батько сердито тебе карає. І ти зовсім не розумієш, за що!

- Боже, — сказав батько, схопившись за голову, - що я зробив?! Бідний хлопчик!

Цей приклад, звісно, не свідчить про те, що не треба оберегати дітей від падіння зі столу. Та оберегаючи і виховуючи, ми повинні усвідомлювати, яке даємо дитині повідомлення. Покарання дитина найчастіше сприймає як повідомлення «Ти погана!», критику помилок - «Ти не можеш!», ігнорування - «Мені ти не цікавий», і навіть «Я тебе не люблю».

Інформаційне повідомлення (вчитель)

Отже, сьогодні ми з вами маємо поговорити про важливе в житті кожної людини - про батьківську любов. Потреба в батьківській любові - одна з найсильніших і найтриваліших потреб людини будь-якого віку, особливо раннього.

Особистість, яка сформувалась у результаті депривації батьківської любові, характеризує почуття внутрішньої порожнечі, їй притаманна потреба в тому, щоб про неї піклувались.

Батьківська любов гарантує почуття безпеки, підтримує сприятливий емоційний стан, вчить любові, моральної поведінки й загалом стає джерелом життєвого досвіду. Від задоволення цієї життєво важливої потреби багато в чому залежить фізичний і психічний розвиток дитини, відчуття захищеності.

Батьківська любов формується у процесі очікування й виховання дитини, ґрунтується на батьківському інстинкті й потребі малюка в любові та прихильності.

Усі ми - діти своїх батьків, а зараз і самі є батьками. Усі ми любимо своїх дітей. Але батьки мають не тільки любити свої дітей, а й давати їм право на помилки та самостійний вибір. Турбота про дітей зовсім не означає, що їх треба захищати від будь-яких самостійних кроків. Кожна проблема, яка виникає в житті дитини, - це, насамперед, проблема батьків. Ваша любов та ваше ставлення до дитини визначають те, як ваші діти будуть справлятися з більшістю своїх проблем. У міру сил і можливостей ми виражаємо свою любов, але не завжди знаходимо бажану відповідь на неї в душах своїх дітей. Можливо, ми щось робимо не так? Або, чого ми взагалі не робимо для того, щоб наші діти могли з повагою впевнено сказати: «Мої батьки люблять мене».

Ведучий. Щоб ми могли ефективно працювати, необхідно прийняти правила.

Вправа «Правила для групи». Проводить психолог.

У кожній сім'ї є свої неписані правила. Пропоную створити правила й у нашій групі.

1. Говорити від себе, висловлюватися коротко й аргументовано.
2. Бути позитивно налаштованими.
3. Не критикувати, поважати думку іншого.
4. Бути щирими.
5. Не перебивати, говорити по черзі.
6. Висловлювати власну думку з кожного питання.
7. Дотримуватися конфіденційності.

Вправа «Ланцюжок імен»

Вправа проводиться по колу. Кожен учасник групи проговорює своє ім'я. Наступний учасник називає своє ім'я та ім'я попереднього члена групи.

Так на ланцюжок нанизується все більше імен. З кожним разом доведеться запам'ятовувати їх більше; водночас окремі імена будуть повторені декілька разів.

Вправа «Чарівна скринька»

Учасникам роздаються невеликі аркуші паперу, на яких необхідно написати, чого саме вони очікують від заняття. Після чого кожен учасник зачитує свій запис і кидає аркуш до скриньки.

Ведучий. Бенджамін Спок писав: «Не бійтеся любити своїх дітей. Кожна дитина потребує ніжності, обіймів, щоб її брали на руки, посміхались до неї, гралися з нею. Коли ви показуєте своїй дитині, що вона найкраща в світі, це підживлює її душу так само, як молоко - тіло».

Обговорення:

- Як ви ставитесь до думки Спока, що дитині необхідно показувати свою любов?

- Який ваш життєвий досвід у стосунках з вашими батьками?

Вправа «Асоціації до словосполучення «батьківська любов»

Мета: підвести учасників тренінгу до усвідомлення важливості поняття.

Дуже часто ми чуємо про велике значення «батьківської любові» для дитини та в житті. Чим для вас є батьківська любов? І які асоціації виникають?

Вправа «Малювання в парах»

Мета: навчити батьків розуміти один одного, визначити спільну мету, прислухатися до думки свого товариша.

Учасники об'єднуються в пари, сідають спиною один до одного і отримують картки з геометричними фігурками, з'єднаними між собою різними способами. Завдання: той, хто отримав аркуш, розповідає іншому, що на ньому зображено. Інший учасник намагається за словами партнера

намалювати це в себе на чистому аркуші. Після цього учасники міняються ролями.

Обговорення:

- Які труднощі ви відчували, виконуючи це завдання?
- Що було легше - розповідати чи малювати?

Вправа «Квітка дитинства»

Кожний учасник отримує білу паперову квітку. Ведучий пропонує написати на серединці квітки слово «дитина», а на пелюстках - ті потрібні речі, якими кожен батько хоче оточити свою дитину. Потім учасники обговорюють зміст написаного, визначають спільне й відмінне. Спільне ведучий записує на плакаті із заголовком: «Чим батьки хочуть оточити свою дитину?»

Потім роздає учасникам блакитні паперові квітки й просить їх уявити себе дітьми. На серединці знову пишеться слово «дитина», а на блакитних пелюстках ті речі, які учасники хотіли б мати у своєму дитинстві. Після виконання завдання відбувається обговорення змісту написаного на пелюстках кожної блакитної квітки, визначається спільне й відмінне. Спільне записують на плакаті із заголовком «Чим діти прагнуть оточити себе?»

Після цього ведучий звертає увагу учасників на обидві квітки у руках кожного та обидва плакати й пропонує всім відповісти на такі запитання:

- Чим відрізняється зміст білих квіток від змісту блакитних?
- Чим зміст блакитних квіток відрізняється від змісту білих?
- Чому виникли відмінності?
- Чи можуть існувати «дитячі квіти» без батьківського піклування?

Матеріал: 8 комплектів роздаткового матеріалу: паперова квітка –жовта серединка і 7 білих пелюсток; паперова квітка - жовта серединка і 7 блакитних пелюсток; ручки, маркер, плакати з написами «Чим батьки хочуть оточити свою дитину?»; «Чим діти прагнуть оточити себе?»

Вправа «Ситуації з життя»

Мета: закріпити навички активного слухання.

Учасники об'єднуються в пари. Кожна пара отримує картку з ситуацією.

Завдання учасників — зрозуміти і описати почуття, які відчуває в цій ситуації дитина:

- Випадково розбив кришталеву вазу.
- Посварився з найкращим другом в дитячому садочку.
- Розмалював щоденник старшого брата.
- Поламала мамину губну помаду.
- Пофарбував волосся в неймовірний колір.
- Хотів полагодити магнітофон, розібрав, а зібрати не зміг.
- Грав вдома у футбол в кімнаті і розбив скло в серванті.

Вправа «Конвертна мозкова атака»

Батьки об'єднуються в чотири групи «Зима, весна, літо, осінь». У кожного учасника є конверт, на якому написано основне речення: «Мудрість батьківської любові...». Кожен дописує на конверті свою думку, передає конверт сусіду, той на картці пише можливе її вирішення, вкладає її в конверт і передає по колу.

Після того, як конверт здійснить повне коло, кожен учасник читає запропоновані йому шляхи вирішення проблеми.

Заключне обговорення. Батьки діляться своїми ідеями як у малих групах, так і перед всією аудиторією.

Вправа «Згода — незгода — оцінка»

Учасники розраховуються на «сонце-місяць-зорі» та об'єднуються у три малі групи. Кожна група отримує картку з варіантом завдання та аркуш паперу А 4. Завдання виконуються протягом 5 хвилин.

Варіанти завдань

1. Складіть перелік слів та виразів, за допомогою яких ви висловлюєте свою згоду.
2. Складіть перелік слів та виразів, за допомогою яких ви висловлюєте свою незгоду.
3. Складіть перелік слів та виразів, за допомогою яких ви оцінюєте дії чи вчинки іншого.

Через 5 хв кожна група по черзі демонструє результати своєї роботи.

Триває коротке обговорення, після чого вчитель пропонує підкреслити ті вирази на плакатах, які доцільно використовувати під час спілкування з дитиною. Підводить учасників до висновку, що важливо вміти висловлювати свою точку зору, не ображаючи іншого. Таким чином можна запобігти виникненню низки конфліктних ситуацій.

Потім роздає учасникам соціальні пам'ятки з варіантами виразів, які доцільно використовувати під час спілкування.

Підсумки засідання. Пам'ятка для батьків

Висловити згоду допоможуть такі слова:

«Це не викликає сумніву...

«Це не викликає заперечень...

«Я готовий (готова) із цим погодитися ...

«Мені теж близька ця думка...

«Я поділяю таку ж точку зору...

«Я теж хотів (хотіла) про це сказати ...

«Моя думка повністю збігається з ...

Ви не образите іншого, якщо висловлювання своєї незгоди почнете зі

«Мені так не здається...

«Я думаю інакше...

«Я дотримуюсь іншої думки...

«У мене інша точка зору...

«Я дозволю собі не погодитися з...

«На жаль, не можу погодитися з...

«Мені хотілося б висловити свою незгоду...

Висловити оцінку дій чи вчинків іншого допоможуть такі слова:

«Я пишаюся тобою...

«Я пишаюся твоїм вчинком...

«Мені подобається (не подобається), як ти вчинив...

«Це — справді прогрес!

«Я задоволений (незадоволений) твоєю поведінкою...

«Мені було приємно (неприємно) дивитися, як ти ...

«Мені було приємно (неприємно) почути, що ти ...

«Дякую за...

«Чудово! Так тримати!

Додаток І

Конспект батьківських зборів за темою: «Готовність до школи. Поради батькам першокласників»

Мета: сприяти успішному перебігу адаптаційних процесів першокласників.

ХІД ЗБОРІВ

При вході в групу на стіні (щоб всі звернули увагу) висить плакат, на якому написано слово «ШКОЛА?» І поруч слово «муки». Батькам пропонується продовжити цей ряд, придумуючи свої асоціації, не обов'язково штучно.

Добрий вечір, шановні батьки! Ми раді вітати вас на нашому зібранні. Ваші діти стали першокласниками, а ви, дорогі мами і тата, разом з ними «сіли» за парти. Тому для нас найголовнішим в цьому році є створення умов для успішної адаптації дітей до школи. А як же її адаптувати? Це питання хвилює всіх нас, дорослих.

Шановні батьки, згадайте, будь ласка, той день, коли ви самі пішли в перший клас і які почуття при цьому відчували. (Батьки висловлюються).

Якими вміннями, знаннями, якостями повинен володіти майбутній школяр? Деякі батьки під готовністю до школи розуміють тільки вміння дитини читати, рахувати.

Я пропоную провести естафету з «чарівною паличкою». Той, хто отримає «чарівну паличку» називає будь-яке позитивне якість, вміння, навички, які, на його думку, стануть в нагоді дитині при навчанні в школі. Тільки без повторів. (Вихователь передає батькам паличку, а вони передають один одному по рядах, називаючи якості). Велике спасибі. Спробуємо розібратися, що ж таке готовність дитини до школи.

Готовність дітей до школи складається з готовності соціально-психологічної, фізіологічної та інтелектуальної.

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА ГОТОВНІСТЬ включає мотиваційну, вольову, емоційну сферу. Успіх дитини в школі залежить від соціально-психологічної готовності дитини до школи.

Дуже важливо привчити дитину до самостійності, організованості, акуратності. Саме цих якостей бракує нашим першокласникам. Наприклад, за час перерви потрібно приготуватися до уроку, сходити в туалет, відпочити. Дзвенить дзвінок, а діти все ще копаються в портфелях, клацають пеналами. Багато що залежить від батьків. Тому все, що посилено дитині вдома, він повинен робити сам: заправити ліжко, прибрати зі столу, почистити своє взуття, поїсти швидко і акуратно.

Мотиваційна сфера це ставлення дитини до школи, до навчальної діяльності, до самої себе. Мотивація - це спонукання до дії, причина, по якій людина чинить так, а не інакше. Ваші діти відповідали на питання «Чи хочу я йти в школу і чому так чи ні?». Давайте разом з вами обговоримо відповіді. (Вчитель зачитує деякі відповіді і дає батькам можливість обговорити їх). Правильна мотивація, коли дитина хоче йти в школу, щоб отримати знання, аж ніяк не завжди цікаві і привабливі, а не нові олівці або форму. Якщо мотиваційна сфера сформована правильно, то у дитини не виникне проблем при навчанні.

Уміння слухати, чути і сприймати інформацію.

Які вимоги пред'явить учитель до вашої дитини? Дітям треба навчитися уважно слухати вчителя на уроці. Не можна кричати з місця, вставати без дозволу вчителя, виходити з класу. Якщо дитина хоче щось сказати, то потрібно підняти руку. Діти повинні пам'ятати, що вчитель дає завдання всьому класу і не може повторювати тільки комусь одному. Ваша дитина буде постійно відчувати дискомфорт від того, що в класі для вчителя всі діти рівні і вона одна з них. Навчіть дитину слухати і чути вас, виконувати ваші прохання і доручення! І тоді він буде чути вчителя, і виконувати його вимоги. Так ви навчите свого малюка працювати в колективі, слухати, коли говорять всьому

класу і виконувати завдання разом з усіма, і ні в якому разі не привертати до себе увагу поганою поведінкою.

Не менш важливим є вміння спілкуватися з однолітками і дорослими, тобто контактність дитини, вміння знаходити вихід з проблемних ситуацій спілкування, визнання авторитету дорослих.

ФІЗІОЛОГІЧНА ГОТОВНІСТЬ - рівень фізіологічного розвитку, рівень біологічного розвитку, стан здоров'я, а також розвиток шкільно - значущих психологічних функцій:

- розвиток дрібних м'язів руки (рука розвинена добре, дитина упевнено володіє олівцем, ножицями).

- просторова організація, координація рухів (вміння правильно визначати вище - нижче, вперед - назад, зліва - праворуч).

- координація в системі око-рука (дитина може правильно перенести в зошит найпростіший графічний образ - узор, фігуру - зорово сприймає на відстані (наприклад, з книг).

ІНТЕЛЕКТУАЛЬНА ГОТОВНІСТЬ - наявність кругозору, запасу конкретних знань, інтерес до знань. Здатність зрозуміти зв'язку між явищами, відтворити зразок.

У період надходження дітей в школу їх провідною діяльністю стає навчальна. Для цього необхідно сформувати навички навчальної діяльності.

- Розвиток логічного мислення (здатність знаходити схожість і відмінності різних предметів при порівнянні, уміння правильно об'єднувати предмети в групи за загальними істотними ознаками).

- Розвиток довільної уваги (здатність утримувати увагу на виконуваний роботі протягом 15-20-хвилин).

- Розвиток довільної пам'яті (здатність до опосередкованого запам'ятовування: пов'язувати запам'ятовується з конкретним символом / слово-картинка або слово-ситуація).

На нашій виставці представлені посібники для адаптації дітей до школи. За допомогою вправ з цих посібників можна розвивати пам'ять, увагу, логічне мислення, просторове орієнтування.

Я пропоную вам спробувати виконати деякі з цих вправ.

ВПРАВИ ДЛЯ РОЗВИТКУ МОВИ

- Вправа «Придумай визначення до слів». Її можна виконувати наприклад, по дорозі до школи або на прогулянці. За допомогою цієї вправи активується словниковий запас дитини.

Спробуйте, будь ласка, придумати визначення до слова «колобок»:

колобок - круглий ... Батьки: апетитний, рум'яний ...

Буратіно - дерев'яний ... Батьки: наївний, пустотливий ...

Дядя Стьопа - високий ... Батьки: справедливий, добрий ...

Молодці! А тепер ще один варіант вправи для розвитку мовлення дитини.

- Вправа «Один - багато». Почати можна так: «Я скажу один олівець, а ти - багато олівців (книга, ручка, пальто, лампа, вікно, плаття, місто, стілець і т. д.)». Можна використовувати не тільки іменники, а й дієслова, прикметники: пішла - пішли, бігав - бігали, червоний - червоні і т. п. Не треба пояснювати дітям правила утворення множини, важливо виробити «чуття».

За допомогою наступних вправ можна розвивати логічне мислення.

ВПРАВИ ДЛЯ РОЗВИТКУ ЛОГІЧНОГО МИСЛЕННЯ:

- Вимовте речення типу:

«Петрик пішов в кіно після того, як дочитав книгу»

- що Петро робив раніше - дивився кіно або читав книгу? (Петро спочатку дочитав книгу);

«Перш ніж відкрити двері, Маша подивилася у щілину дверей».

- Що Маша зробила раніше? (Маша спочатку подивилася у вічко) і т. п.

За допомогою таких питань дитина починає орієнтуватися в поняттях: до і після, спочатку і потім, раніше і пізніше. Просіть дитину, щоб вона давала повну відповідь. Таким чином, ще активується словниковий запас.

- «Продовж речення»

Пропонуються речення типу:

«Якщо сосна вище берези, то береза» (Береза нижче сосни);

«Якщо стовбур дуба товщий за стовбур сосни, то стовбур сосни»
(Стовбур сосни тонше стовбура дуба).

За допомогою цього ігрового завдання діти вчаться робити логічні висновки.

- Знайди слово в кожній групі, яка не підходить до решти:

мама, дочка, бабуся, дівчинка (дівчинка);

корабель, річка, човен, катер (річка);

особа, лоб, щока, ніс (особа);

плавати, бігати, вважати, стрибати (вважати).

Для успішного навчання в школі необхідно постійно тренувати пам'ять.

ВПРАВИ ДЛЯ РОЗВИТКУ ПАМ'ЯТІ.

Назвіть дитині для початку 5 незв'язаних між собою слів, наприклад: сіль, куля, ніс, жук, суп.

Перевірте, скільки слів повторила дитина через хвилину, скільки через деякий час. Якщо все запам'ятала міцно, ускладнюйте завдання: збільшуйте слова, збільшуйте їх кількість і час від часу пропонуйте дитині пограти. Погано запам'ятала, зупиніться на цьому етапі, тренуйте пам'ять дитини на коротких словах, малих кількостях слів, поки механізм запам'ятовування не запрацює. Тільки тоді ускладнюйте завдання.

І звичайно, без уваги в школі ніяк не обійтися.

ВПРАВИ ДЛЯ РОЗВИТКУ уваги та зосередженості:

Якщо дитина знає букви, то можна запропонувати їй наступне завдання.

Шановні батьки, перед вами лежить текст. Це всім відома російська народна «Казка про курочку Рябу». Я попрошу взяти олівець і підкреслити в ньому всі літери «а» за 2 хвилини.

Я думаю, ви переконалися, що і дорослій людині потрібно докласти зусилля, щоб впоратися з цим завданням.

Займаючись зі своєю дитиною, використовуйте не важкий текст з великим шрифтом. Попросіть дитину, переглядаючи слова, підкреслювати олівцем без пропусків певну букву, наприклад, протягом 5 хвилин. Через 5 хвилин разом перевірте, чи немає пропущених букв. Поясніть дитині, що бути уважним - це значить не пропускати букви. Порівнюючи кількість прочитаних рядків і пропущених букв, Ви зможете стежити за успіхами вашої дитини.

Ускладнити вправу можна, використовуючи газетну статтю (дрібний шрифт, складні слова, але ускладнювати можна, якщо тільки ваша дитина вже без зусиль працює з великим шрифтом.

Учіть дитину увазі і зосередженості вже зараз, поступово, тоді в шкільні роки їй не доведеться годинами сидіти над домашніми завданнями.

Шановні батьки, за допомогою цих вправ мені хотілося показати вам, що і в повсякденному житті можна організувати розвиток необхідних для навчання якостей і навичок, проявивши бажання і фантазію.

Підготуйте робоче місце дитини - стіл, де буде виконувати домашні завдання. Всіляко підкреслюйте її новий статус, що вона стала дорослішою, скоро стане школярем. Вислухайте його можливі страхи, допоможіть йому розібратися з ними. Розкажіть про те, як самі пішли в перший клас. Купіть йому найкрасивіший букет квітів і з посмішкою проводите його на першу шкільну лінійку, до першого дзвоника і першій вчительці.

І на завершення, хочу нагадати, що діти вбирають в себе ті моральні норми, правила поведінки, моральні принципи і ставлення до життя, які ми демонструємо. І те, що ми «вкладемо» в своїх дітей в дитинстві, то і «отримаємо» в більш зрілому віці. Давайте, будемо вкладати в своїх малюків тільки хороше, добре і вічне! І тоді вони неодмінно порадують нас своїми успіхами в майбутньому.

Виступ психолога з демонстрацією презентації «Дитина на порозі шкільного життя: психологічна готовність до навчання у школі».

1. Мені здається, що моя дитина буде вчитися гірше інших дітей.
2. Я побоююся, що моя дитина часто буде ображати інших дітей.

3. На мій погляд, чотири уроки - непомірна навантаження для маленької дитини.
4. Важко бути впевненим, що вчителі молодших класів добре розуміють дітей.
5. Дитина може спокійно вчитися тільки в тому випадку, якщо вчителька - її власна мама.
6. Важко уявити, що першокласник може швидко навчитися читати, рахувати й писати.
7. Мені здається, що діти в цьому віці ще не здатні дружити.
8. Боюся навіть думати про те, як моя дитина буде обходитися без денного сну.
9. Моя дитина часто плаче, коли до нього звертається незнайома доросла людина.
10. Моя дитина не ходила в дитячий садок і ніколи не розлучалася з матір'ю.
11. Початкова школа, по-моєму, рідко здатна чогось навчити дитину.
12. Я побоююся, що діти будуть дратувати мою дитину.
13. Мій малюк, по-моєму, значно слабша своїх однолітків.
14. Боюся, що вчителька не має можливості оцінити успіхи кожної дитини.
15. Моя дитина часто говорить: «Мамо, ми підемо до школи разом!».

Демонстрацією презентації «Дитина на порозі шкільного життя: психологічна готовність до навчання у школі»

На сьогоднішній день практично загальновизнано, що готовність до шкільного навчання складається з наступних компонентів:

- **Особистісна готовність.** Включає формування у дитини готовності до прийому нової соціальної позиції – положення школяра, що має коло прав і обов'язків.

- **Інтелектуальна готовність.** Цей компонент готовності припускає наявність у дитини кругозору, запасу конкретних знань, сформованість початкових умінь у сфері навчальної діяльності.

- **Соціально-психологічна готовність** до шкільного навчання включає в себе формування у дітей якостей, завдяки яким вони могли б спілкуватися з іншими дітьми, педагогами. Даний компонент передбачає розвиток у дітей потреби у спілкуванні з іншими, уміння підкорятися інтересам і звичаям дитячої групи тощо.

Крім вище зазначених складових готовності до школи виділяється й фізична, мовна, емоційно-вольова готовність.

Різні типи спілкування сприяють формуванню самооцінки дитини та рівня його соціально-психологічного розвитку.

У результаті спільної діяльності та спілкування з іншими людьми, дитина пізнає важливі орієнтири поведінки. Таким чином, дорослий дає дитині точку відліку для оцінки своєї поведінки. Дитина постійно звіряє те, що робить, з тим чого від неї чекають оточуючі. Сформовані у дитини оцінки власного «Я» є результат постійного зіставлення того, що вона спостерігає в собі, з тим, що бачить в інших людях. Все це входить у самооцінку першокласник і визначає його психологічне самопочуття. Самооцінка та рівень домагань можуть бути адекватними і неадекватними. Самооцінка та рівень домагань дитини дуже впливають на емоційний добробут, успішність в різних видах діяльності і її поведінки в цілому. Так, відомо, що діти з **неадекватно завищеною самооцінкою** дуже рухливі, нестримані, швидко перемикаються з одного виду діяльності на інший, часто не доводять розпочату справу до кінця. Вони не схильні аналізувати результати своїх дій і вчинків, намагаються вирішувати будь-які, в тому числі дуже складні, завдання з «нальоту». Вони не усвідомлюють своїх невдач. Ці діти схильні до демонстративності та домінування.

Вони прагнуть до лідерства, але в групі однолітків можуть бути не прийнятні, оскільки спрямовані, головним чином, «на себе» і не схильні до

співпраці. Діти з неадекватно завищеною самооцінкою нечутливі до невдач, їм властиві прагнення до успіху і високий рівень домагань.

Діти з *адекватною самооцінкою* схильні аналізувати результати своєї діяльності, намагаються з'ясувати причини помилок. Вони впевнені в собі, активні, врівноважені, швидко переключаються з однієї діяльності на іншу, наполегливі в досягненні мети. Прагнуть співпрацювати, допомагати іншим, товариські й дружелюбні. У ситуації невдачі намагаються з'ясувати причину і вибирають завдання дещо меншої складності (але не найлегші). Успіх у діяльності стимулює їх бажання спробувати виконати більш складне завдання. Цим дітям властиве прагнення до успіху.

Діти з *заниженою самооцінкою* нерішучі, нетовариський, недовірливі, мовчазні, скуті в рухах. Вони дуже чутливі, готові розплакатися в будь-який момент, не прагнуть до співпраці і не здатні постояти за себе. Ці діти тривожні, не впевнені в собі, важко включаються в діяльність. Вони заздалегідь відмовляються від вирішення завдань, які здаються їм складними, але при емоційній підтримці дорослого легко справляються з ними. Ці діти, як правило, мають низький соціальний статус у групі однолітків, потрапляють в категорію знедолених, з ними ніхто не хоче дружити.

Самооцінка, сформована у дошкільнят, зазвичай досить стійка, але, тим не менш, вона може покращитися або знизитися під впливом дорослого і дитячих установ.

До моменту вступу до школи дитина повинна вміти самостійно організувати не тільки свої дії, але і вибрати спільну з товаришами гру або роботу, спланувати її хід, вміти вирішити конфлікт, розподілити ролі, довести розпочату справу до кінця. Діти, які мають сформовані навички позитивних взаємин, легко входять у новий колектив, знаходять правильний тон у відносинах з оточуючими, вміють рахуватися з суспільною думкою, доброзичливо ставляться до товаришів, прагнуть прийти на допомогу. Вхідження в новий колектив іноді є одним з вирішальних факторів успішного навчання дитини в першому класі. Тому велике значення у підготовці дітей до

школи має виховання в них «якостей громадськості», вміння жити і трудитися в колективі.

Я зараз вам роздам пам'ятки, в яких написано, що необхідно знати і вміти дитині, що надходить в школу.

Таким чином, ми розглянули всі компоненти шкільної готовності.

Ви - батьки повинні пам'ятати одну просту істину: освіту може зробити дитину розумною, але щасливим робить його тільки душевне спілкування з близькими і коханими людьми - родиною.

Хочеться підвести підсумок в кінці нашого зібрання:

- допоможіть своїй дитині опанувати інформацією, яка дозволить їй не розгубитися в суспільстві,

- привчайте дитину утримувати свої речі в порядку,

- не лякайте дитину труднощами і невдачами в школі,

- навчіть дитину правильно реагувати на невдачі,

- допоможіть дитині знайти почуття впевненості в собі,

- привчайте дитину до самостійності,

- вчіть дитину відчувати і дивуватися, заохочуйте її допитливість,

- прагніть зробити корисним кожен мить спілкування з дитиною.

Обмін думками між присутніми про проблеми готовності дітей до школи.

Нашу зустріч хочеться завершити мудрими порадами Симона Соловейчик з книги «Педагогіка для всіх» (Вчитель роздає пам'ятки з мудрими порадами).

Вчитель: Шановні батьки! Створити позитивну установку на навчання можна, якщо дорослі будуть пам'ятати, що школяр вчиться у грі, де активно і **рівноправно** беруть участь батьки. Але намагайтесь не створити у дитини уявлення, що ігри та заняття з нею є сенсом вашого життя, тому грайте з малюком у будь-яких побутових ситуаціях і тільки у гарному настрої.

Пам'ятайте, що навчання потребує **систематичності** : кожен день по 10-15 хвилин дадуть більший результат, чим година-дві у вихідні дні. Також необхідно урахувати принцип **«від простого до складного»**, тобто не можна

навчити дитину всьому, що ви знаєте і вмієте, кожен новий елемент додається постійно, коли попередні знання та уміння вже засвоєні.

І навіть при невдачах дитини **схвалюйте її дії** словами: «Якщо б ти зробив так (показ, пояснення), то було б **ще краще**;

За період шкільного дитинства діти переживають вікові кризи, але це тимчасові явища, вони проходять, їх потрібно пережити, як будь-які інші дитячі хвороби. Знайте, що причина гострого протікання кризи - невідповідність батьківського ставлення і вимог бажанням, і можливостям дитини, тому необхідно подумати про те, чи всі заборони обґрунтовані, і чи не можна дати дитині більше свободи і самостійності.

Важливо намагатися змінити своє ставлення до дитини, вона вже не маленька, тому уважно поставтеся до її думок та суджень, постарайтеся зрозуміти.

Тон наказу та утвердження у цьому віці малоефективний, намагайтеся не змушувати, а переконувати, розмірковувати і аналізувати разом з дитиною можливі наслідки її дій.

Якщо ваші стосунки з дитиною набули характеру безперервної війни і нескінченних скандалів, вам потрібно на якийсь час відпочити один від одного: відправте його до родичів на декілька днів, а до його повернення прийміть тверде рішення не кричати і не виходити з себе будь-що то не стало.

Озбройтеся оптимізмом і гумором в спілкуванні з дітьми, це завжди допомагає!

Дякуємо за увагу. Якщо щось залишилося незрозумілим, пропоную вам задати питання.

Рішення батьківських зборів.

Десять заповідей для батьків майбутніх першокласників

1. Починайте «забувати» про те, що ваша дитина маленька. Давайте їй посильну роботу вдома, визначте коло її обов'язків. Зробіть це м'яко: «Який ти в нас уже великий, ми навіть можемо довірити тобі помити посуд».
2. Визначте загальні інтереси. Це можуть бути як пізнавальні інтереси (улюблені мультфільми, казки, ігри), так і життєві (обговорення сімейних проблем).
3. Не ставтеся до дитини зневажливо. Не ображайте дитини в присутності сторонніх. Поважайте почуття й думки дитини.
4. Навчіть дитину ділитися своїми проблемами. Обговорюйте з нею конфліктні ситуації, що виникли з однолітками і дорослими. Щиро цікавтеся її думкою, тільки так ви зможете сформувати в неї правильну життєву позицію.
5. Постійно говоріть з дитиною. Розвиток мовлення-запорука гарного навчання. Були в театрі (цирку, кіно) – нехай розповість, що більше всього сподобалося. Слухайте уважно, ставте запитання, щоб дитина почувала, що це вам цікаво.
6. Відповідайте на кожне запитання дитини. Тільки в цьому випадку її пізнавальний інтерес ніколи не вгасне.
7. Постарайтеся хоч інколи дивитися на світ очима вашої дитини. Бачити світ очима іншого – основа для взаєморозуміння.
8. Частіше хваліть вашу дитину. На скарги про те, що щось не виходить, відповідайте: «Вийде обов'язково, тільки потрібно ще раз спробувати». Формуйте високий рівень домагань. І самі вірте, що ваша дитина може все, потрібно тільки допомогти. Хваліть словом, усмішкою, ласкою й ніжністю.
9. Ніколи не порівнюйте свою дитину з сусідською, з її друзями, однокласниками. Порівнюйте з тим, якою вона була вчора і якою вона є сьогодні. Це допоможе вам швидше оволодіти азами батьківської мудрості.
10. Не будуйте ваші взаємини з дитиною на заборонах. Погодьтеся, що вони не завжди розумні. Завжди пояснюйте причини ваших вимог, якщо можливо, запропонуйте альтернативу. Повага до дитини зараз – фундамент шанобливого ставлення до вас тепер і в майбутньому.

Додаток Й

Семінар-тренінг для вчителів початкової ланки «Організація «ситуації успіху» на уроці та в позаурочній діяльності».

Мета: надання вчителям інформації та методичних рекомендацій зі створення ситуації успіху у роботі з першокласниками. Формувати мотивацію педагогічного колективу на створення психологічного комфорту на уроках; формувати здатність у педагогів використовувати професійно-особистісний потенціал в розвитку емоційно-позитивної «Я-концепції» учнів.

Завдання:

1. Підвищити психолого-педагогічну компетентність учителів через пізнання своїх професійно-особистісних якостей.
2. Актуалізувати та систематизувати знання про методи та прийоми створення ситуацій успіху на уроках.
3. Визначити професійну спрямованість особистості учителя;
4. Формувати в учителів емоційно-позитивне ставлення до учнів.

Обладнання: мультимедійний проектор, різнокольорові смужки, наочність для педагогів, папір формату А4, маркери, різнокольоровий офісний папір, відео матеріал.

Час проведення: 70 хвилин.

Зміст семінару-тренінгу

№	Вид роботи	Час (хв.)	Ресурсне забезпечення
1	Вступ. Повідомлення теми, мети тренінгу.	3	Мультимедійна дошка, презентація, слайди №1,2
2	Вправа «Кольорові смужки»	3	Кольорові стікери
3	Правила роботи в групі	2	Слайд №3
4	Інформаційне повідомлення «Психологічна комфортність»	5	Слайд №4,5
5	Методика «Оцінка професійної спрямованості особистості учителя»	10	наочність для педагогів
6	Метод «Мозковий штурм» Створення банку ситуації успіху	7	Слайд №6,7

7	Вправа «Позитивний потенціал»	5	різнокольоровий офісний папір
8	Інтерактивна вправа «Карусель».	10	Ватман, маркери
9	Рефлексія . Перегляд відеоматеріалу «В чому сенс життя»	5	Відеоматеріал, мультимедійний проектор
10	Виступ вчителя на тему «Прийоми створення ситуації успіху»	20	мультимедійний проектор
11	Підведення підсумків	5	

Хід тренінгу

1. Вступ. Повідомлення теми, мети тренінгу.

2. Вправа «Кольорові смужки»

Психолог: Перед вами на столах лежать кольорові смужки: червоні, жовті та помаранчеві. Подивіться на них уважно та оберіть ту, котра відповідає вашому емоційному стану саме зараз.

Червоний колір – ви готові активно працювати;

Жовтий – ви спокійні;

Помаранчевий – ви відчуваєте почуття тривожності, занепокоєння.

Кожний учасник прикріплює до дошки свою смужку.

3. Правила роботи в групі.

Психолог пропонує учасникам на період проведення тренінгу вважати їхню групу великою сім'єю, в колі якої обговорюватимуться проблемні питання.

Наступним кроком є формулювання правил спільної взаємодії, що сприятимуть продуктивній праці протягом тренінгу. Деякі з них я записала на плакаті. Тож давайте переглянемо і за потреби доповнимо.

- Відкинути всі неприємності, які існують у реальному житті.
- Налаштуватися на творчу атмосферу, співпрацю.
- Отримати максимум задоволення від спілкування одне з одним.

- Усе сказане сьогодні повинно бути щирим.
- Бути активним, доброзичливим і позитивним.
- Зберігати таємниці учасників (конфіденційність)

4. Інформаційне повідомлення «Психологічна комфортність»

Психолог: На даний час вчені в галузі педагогіки та психології, учителі-практики говорять і пишуть про гуманізацію освіти, про індивідуальний підхід до кожного учня в процесі навчання та виховання, про увагу до кожної дитини, про створення в школі атмосфери психологічного комфорту.

Це декларується в законі України «Про освіту» ст..56 п.1.: «Педагогічні працівники зобов'язані захищати дітей, молодь від будь-яких форм фізичного та психічного насильства».

Закон України «Про загальну середню освіту» ст.. 22 : «Загальноосвітній навчальний заклад забезпечує безпечні та нешкідливі умови навчання, режим роботи.»

В Конвенції ООН про права дитини ст.. 28.2 говорить: «Держави-учасники застосовують всі необхідні міри для забезпечення того, щоб шкільна дисципліна підтримувалась за допомогою методів, які відображають повагу людської гідності дитини».

На жаль, сьогодні в навчальному процесі присутні негативні якості: зниження інтересу до знань, зниження пізнавальної активності, пропуски уроків учнями, конфліктні ситуації, які виникають на уроках. Постійний стан підвищеної тривожності учнів призводить до нервових зривів. За статистикою, комфортно почувають себе в школі лише 58% учнів, 28 – часто конфліктують з учителями. Це призводить до того, що дитина в школі не почуває себе комфортно, а одне з завдань школи - створити такий психологічний простір, щоб в ньому було добре кожному учню.

Однак психологічна комфортність необхідна не тільки для розвитку дитини і засвоєння ним знань. Від цього залежить фізичний стан дітей. Адаптація до конкретних умов, до конкретного освітнього та

соціального середовища, створення атмосфери доброзичливості дозволяє зняти напруженість і неврози, які порушують здоров'я дітей.

Неможна допустити комплексів у дітей, невпевненості у собі. У класі не повинно бути розподілу на «хороших» та «поганих», «розумних» та «нерозумних» учнів. Кожна дитина повинна відчувати віру учителя в свої сили. Ситуація успіху (Я можу) формує у дитини віру в себе, вчить перемагати труднощі, допомагає усвідомити своє просування уперед. Завдання учителя організувати певну систему мір по створенню психологічного комфорту на уроці.

Золоті правила психологічного комфорту на уроці:

1. Не намагайтеся за кожним негативним вчинком учня бачити тільки негативні мотиви.
2. Ретельно готуйтеся до уроків, не допускайте некомпетентності у викладанні свого предмету.
3. Учня можна змінити на краще за допомогою спеціальних прийомів оцінки його особистості.
4. Спільна діяльність зближує людей та підвищує їх авторитет (якщо вона правильно організована).
5. Передбачуваність та коректність поведінки учителя знижує напруження у спілкуванні.

Ситуації, при яких учні почувуються комфортно:

1. Мене хвалять.
2. Ставлять гарні оцінки.
3. Мені допомагають.
4. До мене доброзичливо ставляться.
5. Мене розуміють та підтримують.

5. Методика «Оцінка професійної спрямованості особистості учителя»
(додаток №1)

Мета: визначення механізмів, через які професійна діяльність впливає на особистість учня.

6. Метод «Мозковий штурм». Створення банку ситуацій успіху

Психолог: Успішність діяльності вчителя багато в чому визначається здатністю педагога створити кожному учню ситуацію успіху на уроці, а також здатність надати можливість пережити радість досягнення і повірити в себе.

Наше завдання – створити максимальні умови для розкриття здібностей кожного учня. Кожен повинен стати успішним в тій або іншій сфері діяльності. Необов'язково всі повинно бути відмінниками. Не можна забувати, що кожен учень – індивідуальність, і тому в кожного свій власний успіх і свої власні досягнення. Але, так або інакше, вони мають бути в кожного. Переживання успіху вселяє людині упевненість у власних силах, з'являється бажання знов досягти гарних результатів, виникає відчуття внутрішнього благополуччя, що, у свою чергу, благотворно впливає на загальне відношення людини до навколишнього світу.

На думку вітчизняних психологів, ситуацію успіху свідомо може створити педагог. І її структура повинна включати наступні компоненти:

- установка на діяльність – емоційна підготовка учня на рішення учбової задачі;
- забезпечення діяльності – створення умов для успішного вирішення;
- порівняння отриманих результатів з передбачуваними – усвідомлене відношення до результатів своєї праці.

Наша основна мета не допустити, аби серед учнів були невдахи, які не добилися успіху в навчанні і, тому, володіють комплексом власної неповноцінності, низькою самооцінкою, невірою у власні сили, низьким рівнем навчальної мотивації і рівнем домагань.

Дуже часто, в нашому повсякденному житті, нам доводиться стикатися з небажанням учнів йти в школу, виконувати домашні завдання. Чому сповнений бажання першокласник, втрачає інтерес до навчання? Або чому, перейшовши в середню школу, молодші школярі різко втрачають пізнавальний інтерес, і як наслідок знижується успішність. На ці питання шукали відповідь не лише наші сучасники, але і педагоги минулих років.

К.Ушинський вважав, що лише успіх підтримує інтерес учня до навчання.

Сухомлинський стверджував, що методи, які використовуються в навчальній діяльності, повинні викликати інтерес дитини до пізнання, а навчальний заклад стати школою радості.

Доктор педагогічних наук А.Белкін наполягає, що якщо позбавити дитину віри в себе, важко надітися на його світле майбутнє.

Ми підійшли до розуміння необхідності створення ситуації успіху учителем на уроці.

Зараз нам належить створити банк ситуацій успіху.

Учителі працюють у підгрупах (метод «Мозковий штурм»)

Отже, які ж методи і прийоми використовують педагоги нашої школи для створення ситуації успіху на уроці?

1. Гарна оцінка та позитивна вербальна оцінка.

Якщо я отримую гарну оцінку – це означає, що:

- *.Мене похвалять батьки*
- *.Я добре знаю матеріал*
- *.Учитель буде радий*
- *.У мене піднімається настрій і з'являється бажання робити уроки і ходити в школу*

Якщо я отримую погану оцінку – це означає, що:

- *.У мене зіпсується настрій*
- *. Мене покарають*
- *.Учитель буде невдоволений*
- *. Я засмучуся*
- *.Я вважатимуся поганим учнем*
- *.У мене пропаде інтерес до навчання*

2. “Ефект Пігмаліона”

Формулюється таким чином: якщо до будь-якої події або явища відноситися, як до реально виконаної, вона і справді відбувається.

3. Похвала стимулює позитивне відношення дитини до себе, віру в свої сили.
4. Розуміння та підтримка.
 1. Доброзичливість та допомога.
 2. Довіра та стимулювання.
 3. Здивування та заохочення.
 4. Визнання та звернення по імені.
 5. Комфортність.
 6. Анонсування. Сенс анонсування полягає в попередньому обговоренні того, що дитина повинна буде зробити (репетиція майбутньої дії).
 7. «Еврика!». Суть цього прийому полягає в тому, аби створити умови, при яких дитина, виконуючи навчальне завдання, несподівано для себе прийшла би до висновку, відкриваючи невідоме.
 8. «Емоційне погладження». Вчитель з легкістю роздає компліменти. За один урок говорить раз двадцять «молодець», тридцять разів «розумниця» і раз десять «діти, я пишаюся вами».

Ситуація успіху особливо важлива в роботі з дітьми, поведінка яких ускладнена багатьма причинами, оскільки дозволяє зняти у них агресію, здолати ізольованість і пасивність.

7. Вправа «Позитивний потенціал»

У населеннях наших шкіл дві найважливіші, інколи воюючі нації – це учні і вчителі.

Перед вами лежать різнокольорові листочки. Подумайте, хто з ваших учнів, на вашу думку, для вас є самим проблемним учнем. Напишіть його ім'я. Тепер впишіть лише позитивні якості цього учня. У своїй подальшій роботі з ним використовуйте лише цей позитивний потенціал. Чи дійсно ваш учень такий проблемний? Хай аналіз ситуації допоможе вирішити вашу професійну проблему. Далі, напишіть своє ім'я і свої якості як позитивні, так і негативні. Яких виявилось більше? Підкресліть позитивні, хай вони вам допоможуть.

Лише тоді ви будете успішним учителем, а учень успішним учнем, коли йтиме орієнтування на позитивні якості особи.

Цією вправою я хотіла вам дати установку на вдалу співпрацю і взаєморозуміння зі своїми учнями і показати, що через індивідуальний вплив можна розвивати позитивні якості особистості.

З психологічної точки зору, успіх — це переживання стану радості, задоволення від того, що результат, до якого особа прагнула в своїй діяльності, або збігся з її надіями, чеканнями (або, строго кажучи, з рівнем домагань), або перевершив їх. На базі цього стану можуть сформуватися стійкі відчуття задоволення, формуються нові, сильніші мотиви діяльності, змінюється рівень самооцінки, самоповага.

Ситуація успіху — це таке цілеспрямоване, організоване поєднання умов, при якому створюється можливість досягти значних результатів в діяльності, це результат продуманої, підготовленої стратегії, тактики.

Успіх завжди має дві сторони. Одна — суто індивідуальне переживання радості, особистісне, суб'єктивне. Інша — колективна оцінка досягнень особи, відношення тих, що оточують до успіху члена колективу, групи. Зв'язок цих сторін безперечний і органічний.

8. Інтерактивна вправа «Карусель»

Психолог: Наступним етапом нашої практичної частини буде створення моделі успішного учня. Тому, шановні педагоги, розділіться на три групи за рахунком 1,2,3.

- Для першої групи з психологічної точки зору;
- Для другої - з педагогічної;
- Для третьої – фактори, які заважають бути успішним учнем.

Кожна група працює 3 хвилини, після чого відбувається обмін моделями.

Презентація кожної групи своїх моделей.

Психолог: Таким чином, від успіху в навчанні взагалі залежить успіх дитини у житті.

9. Рефлексія. Перегляд відеоматеріалу «В чому сенс життя». Обговорення побаченого.

10. Виступ педагога «Прийоми створення ситуації успіху на уроках».

К. Д. Ушинський стверджував, що дитина, яка не відчула радості від подолання труднощів, не відчула смаку перемоги, втрачає інтерес до навчання. Якщо у дитини зникає віра у власні сили, якщо їй не дали відчуті радості від свого успіху, ніякі педагогічні прийоми та хитрощі не повернуть знову інтересу до пізнання.

Що ж таке успіх і для чого він потрібен на уроці?

Успіх - поняття багатогранне. За визначенням психологів, це емоції від радості, задоволення, пов'язаних з подоланням складної задачі. Тут дещо є схожість з почуттям ейфорії.

Переживання емоцій, пов'язаних з успіхом, дає можливість:

підвищити мотивацію навчання, розвинути пізнавальний інтерес;

стимулювати працездатність;

коригувати негативні особистісні особливості: тривожність, невпевненість, низьку самооцінку;

розвинути позитивні особистісні якості: ініціативність, активність, креативність;

підтримувати у колективі благосприятливий емоційний настрій.

Таким чином, одна з основних задач вчителя - створення ситуації успіху.

Варіанти моделювання ситуації успіху на уроках

1. Похвала

Найпотужніший інструмент вчителя. А. Камю зазначав, що для людини більше користі, коли відзначають її позитивні якості, ніж коли постійно вказують на її недоліки. Будь-яка людина, звісно, намагається відповідати своєму кращому образу.

Важливо уміти вербально створити правильний настрій, допомогти подолати невпевненість, закріпити емоцію позитиву, дозволити порадіти навіть незначному успіху. За що і як хвалити?

Хвалити за старання; хвалити дію, а не особистість; чітко визначати, за що хвалите; не перехвалити; хвалити не лише "улюбленців"; не протиставляти одного учня іншим, не порівнювати з іншими; підкріплювати вербальну похвалу невербальними проявами (усмішка, жест, дотик); використовувати "я-повідомлення" ("ти мене порадував", "я задоволена", "мені сподобалось").

Як часто хвалити? Тут має спрацювати педагогічне чуття: одних хвалити частіше, іншим давати "перепочинок" від похвал, деякі діти потребують похвали лише за значні успіхи, а дехто повинен відчувати задоволення навіть від спроби здолати певні труднощі.

2. Колективна похвала

Кожна дитина бажає самоствердитись не лише в очах вчителя, але й серед однокласників. Можна за певні досягнення хвалити усім класом: аплодувати, промовити хором "Молодець!", показати усім разом схвальне "великий палець догори" тощо.

3. Прийом "Еврика!"

Створити ситуацію, у якій кожен може виявити власні досягнення доступним способом. Наприклад, один краще малює, інший гарно співає або танцює, хтось уміє складати вірші, декому вдається акторське читання тощо. Головне - розкрити потенціал кожного учня.

4. Завдання різної складності

Цей прийом взято з диференційованого навчання. Мета - дозволити кожному учню виконати посильне завдання. При цьому "сильні" учні мають змогу виявити свою ерудицію, "середнячки" можуть відзначитись творчим підходом, "слабші" - показати, що встигають виконати своє завдання разом з рештою і не відстати.

5. Самостійний вибір завдань

Учням пропонується обрати собі завдання самостійно. Зміст завдання має бути однаковим, а учні обирають об'єм, складність, обрати індивідуально, в парі чи групою виконати роботу, самостійно або з допомогою вчителя. Це

також привчає адекватно визначати свої можливості, не пасувати перед вибором і здійснювати його свідомо.

6. Портфоліо учня

Один з методів, який дає змогу учневі наочно бачити свої досягнення. Портфоліо може складатися з кількох розділів, як от: "Мої нагороди", "Мої досягнення", "Моя творчість", "Відгуки". Добре, якщо до заповнення портфоліо долучається не тільки вчителя, а й батьки, однокласники.

7. Самонавіювання

Самонавіювання прийшло в педагогіку з психології. Воно дійсно допомагає зміцнити віру в свої сили, відчутти себе більш впевненим, сильним, здібним. Елементи самонавіювання можна включати на етапі емоційного настрою на урок, мотивації навчальної діяльності, у фізхвилинки, релаксаційні паузи.

9. Прийом «Особисте відкриття»

Підготовлена вчителем заздалегідь ситуація спрямована на вивільнення в дитині внутрішньої енергії, що проявляється усвідомленням нею власних здібностей, у такий спосіб формуючи її творчий потенціал.

Наприклад, на уроках літературного читання можна запропонувати учням самостійно скласти вірші за поданими римами.

край прокинулось
 родина посміхнулись
 гай весело
 Батьківщина тепло

Таким чином, дитина відкриває у собі прихований творчий потенціал.

10. Прийом «Навіювання», або «Ефект Розенталя»

«Ти можеш!» — повинен нагадувати вчитель учневі.

«Він може!» — повинен нагадувати колектив.

«Я можу!» — повинен повірити в себе учень.

В. Шаталов

Надання учням позитивного психоемоційного заряду. Заохочення дитини до праці словами: «Така робота тобі до снаги», «У тебе до цього хист». Важливо переконати у реальності успіху, і успіх прийде. Англійський учений Стоуенс довів, що учні, яких заохочували, досягли значно більших успіхів, ніж ті, кого не заохочували.

Починаючи з першого класу, перед початком виконання складного завдання влучним буде діалог-навіювання.

У ч и т е л ь. Ви зможете!

У ч н і (разом). Ми зможемо!

К о ж е н у ч е н ь. Я зможу!

У ч н і (одне одному на вушко). Ти зможеш!

11. Прийом «Вибух емоцій»

Використовуючи похвалу (або критику), учитель впливає на емоційний стан дитини, таким чином спонукаючи її краще працювати на уроці.

Прикладом такого прийому можуть бути оплески за успіх. Клас дружно аплодує учням-авторам за влучно дібране слово, удаło складене речення, уміло сформульовану і доведену власну думку.

Дитина, якій аплодують, дуже радісна і щаслива в цей момент. Але це не тільки її радість. Це спільна радість. У такі моменти вчитель з великим задоволенням радіє разом із класом.

12. Прийом «Почую кожного»

Учитель організовує роботу таким чином, щоб кожен учень мав можливість (і відчував необхідність відповідати).

Плануючи групову роботу на уроці, вчитель заздалегідь готує сильні завдання для кожної створеної групи. Частині дітей перед початком роботи пояснює заради чого, кого здійснюється це завдання, звертається із такими словами: «Без твоєї допомоги твоїм друзям не впоратися». А для деяких учнів навіть можливість участі в групі є вже ситуацією успіху. Якщо їм було відведено роль доповідача (в будь-якій формі), то це стає для них дуже потужним стимулом до подальшого активного навчання.

13. Прийом «Констатація успіху»

Учитель констатує кожний успіх дитини, можливо, і незначний на перший погляд, але таким чином він надихає її на нові досягнення.

Створюючи ситуацію успіху, учитель допомагає дитині емоційно пережити успіх не результату всієї роботи в цілому, а якоїсь його окремої частинки, деталі. Він використовує такі вислови: «Найбільше мені сподобалось у твоїй роботі...», «Найкраще тобі вдалося...». Так, у першому класі, діти можуть радіти навіть удаю написаній одній букві, цифрі, одному слову, реченню, прикладу.

На уроках української мови перед написанням каліграфічної хвилинки вчитель ставить завдання написати її так, щоб потім кожен зміг сам себе похвалити, якщо не за всю роботу, то за якийсь окремий елемент.

І головне, пам'ятайте: успіх дитини у навчанні сьогодні - це успіх у житті людини в майбутньому!

2. Робота в групах « Як я розумію один з прийомів « Ситуації успіху»

- 1 група: «Невтрочання», «Холодний душ», «Анонсування», «Невпевненим», « Гидке каченя», «Емоційне заохочення».
- 2 група: «Сходинки до успіху», «Емоційне блокування», «Стабілізація», «Даю шанс», «Сповідь», «Стеж за нами».
- 3 група): "Обмін ролями", "Створення ситуації змагань", "Вибір адекватних стимулів" «Допомога друга», «Еврика», «Навмисна помилка».

Прийом "Невтрочання" — максимальне надання самостійності у вирішенні проблеми.

"Холодний душ" — педагогу не слід поспішати з поліпшенням оцінок, він не тільки не "поливає бальзамом" зачеплене самолюбство, але й трохи "підсипає солі" (за А.С.Макаренком).

"Анонсування" — спершу треба обговорити з дитиною, що їй потрібно буде зробити, провести мовби репетицію майбутньої події. "Невпевненим"

така попередня підготовка створить психологічну установку на можливий успіх, дасть упевненість у своїх власних силах.

"Гидке каченя" — прийом для "зневірених" дітей. Важливо вчасно побачити їхні позитивні якості, створити всі можливі умови для тих, кому так необхідно, щоб хтось повірив у них, допоміг удосконалитися.

Сенс прийому "Емоційне заохочення" у тому, щоб вселити в дитину віру в себе, похвалити за будь-що, навіть незначне; усмішкою, поглядом дати зрозуміти дитині, що серце, душа вихователя розкриті для нього.

"Сходи до успіху" — крок за кроком підніматися разом з дитиною сходами знань.

"Емоційне блокування" — це обмеження розгортання образи, розчарування, втрати віри у власні сили. Треба допомогти дитині пересилити свою невдачу, знайти її причину, переорієнтувати його з песимістичної оцінки подій на оптимістичну.

"Стабілізація" — створення умов для того, щоб загальна позитивна реакція групи на діяльність дитини не стала одноразовою, а, по можливості, часто повторювалась.

"Даю шанс" — спеціально підготовлена педагогом ситуація, за якої дитина дістає неочікувану для самої себе можливість розкрити власні можливості, здібності.

Прийом "Сповідь" — щире звернення до найкращих дитячих почуттів, розкриття перед дошкільником стану своєї душі. Однак цей прийом може дати очікуваний ефект лише в разі правильного прогнозування педагога відповідної реакції дитини.

Прийом "Стеж за нами" використовується для дітей з інтелектуальною занеаяністю, з лінощами думки. Сенс його полягає в тому, щоб дати можливість дитині відчувати радість визнання в собі інтелектуальних сил.

"Емоційний сплеск" — це спроба дати емоційний заряд упевненості в тяжку для дитини хвилину, нагадавши йому про його великі інтелектуальні можливості, звільнити від психологічної затисненості енергію, думку, знання.

Прийом "Обмін ролями" дає дітям можливість проявити себе, наприклад, у ролі вихователя, показує дітям, що вони здатні робити набагато більше, ніж від них очікують.

"Створення ситуації змагань" — завдання педагога — виявлення гідного "суперника" й утримання ситуації інтелектуально-творчого змагання під педагогічним контролем.

"Вибір адекватних стимулів" — стимул для роботи повинен бути привабливим для дітей, а при втраті своєї актуальності змінюватись.

"Допомога друга" — це вчасна допомога як з боку викладача, так і з боку дітей, що підтримує прагнення дитини стати на ноги, уселяє в неї впевненість у власні сили, у спроможність здолати труднощі.

Сутністю прийому "Еврика" є прагнення педагога активізувати дітей нехай на маленьке, але власне відкриття відомих фактів, що спонукає їх мислити, відкривати для себе нове, розкривати красу процесу пізнання.

Прийом "Навмисна помилка" активізує увагу дітей. Його рекомендується використовувати під час перевірки знань.

Шляхи створення "ситуації успіху" різні, вони залежать від груп дітей, з якими працює педагог.

Створення ситуації успіху має певний алгоритм:

1. Зняття страху. Допомогає перебороти невпевненість у власних силах.

("Люди вчаться на своїх помилках і знаходять інші шляхи вирішення проблем").

2. Авансування успішного результату. Допомогає педагогу висловити тверду переконаність у тому, що його дошкільник обов'язково впорається з поставленим завданням. Це, в свою чергу, переконує дитину у своїх силах і можливостях.

("У тебе обов'язково вийде", "Я навіть не сумніваюсь у позитивному результаті").

3. Прихований інструктаж дитини про способи і форми здійснення діяльності. Допомогає дитині уникнути поразки. Досягається шляхом

побажання. (*"Можливо краще почати з ...", "Виконуючи роботу, не забудьте про ..."*).

4. Внесення мотиву. Показує дитині, заради чого, кого здійснюється ця діяльність, кому буде добре після виконання. (*"Без твоєї допомоги твоїм друзям не впоратись..."*).

5. Персональна винятковість. Визначає важливість зусиль дитини в діяльності, що здійснюється або здійснюватиметься. (*"Тільки ти міг би..."*, *"Тільки тобі і можу доручити..."*)

6. Мобілізація активності або педагогічне виконання. Спонукає до виконання конкретних дій. (*"Ми дуже хочемо розпочати роботу..."*, *"Так хочеться швидко побачити..."*)

7. Висока оцінка деталі. Допомагає емоційно пережити не результат в цілому, а якоїсь окремої деталі. (*"Найбільше мені сподобалось у твоїй роботі..."*, *"Найбільше тобі вдалося..."*).

Вимоги до особистості й діяльності педагога

Для створення ситуації успіху важлива емоційна культура педагога, його психологічна компетентність, вербальна «інструментовка», наприклад, такі висловлювання педагога :

- *Це дуже важливо, і в тебе неодмінно вийде...*
- *Саме ти й міг би зробити таку справу...*
- *Це зовсім не складно. Навіть якщо не вийде — нічого страшного...*
- *Починай же! Я впевнений, ти це добре зробиш...*
- *Ось ця деталь вийшла в тебе дуже гарно!*

І головне, що необхідно педагогу, який приступає до роботи за педагогічною технологією "Створення ситуації успіху", — створити оптимістичну установку дитини, забути на деякий час про її недоліки, побачити тільки перспективні лінії її розвитку. Безперечно, ця технологія заслуговує на пильну увагу з боку педагогів.

Основними умовами створення психологічного комфорту є:

- задоволення потреб дитини;
- створення позитивної атмосфери для досягнення спільних цілей;
- відчуття рівного серед рівних;
- сприймання вихователя як друга, порадирика.

Завдання вихователя – навчити дітей вірити навіть тоді, коли вони самі в себе не вірять.

Кожна дитина особлива, по-своєму неповторна й обдарована. Звернення педагога до її найкращих почуттів обов'язково матиме успіх і знайде відгук у дитячих серцях. Дати дітям відчути радість праці, щастя успіху в навчанні, збудити в їхніх серцях почуття власної гідності – ось наше найперше завдання, бо успіх у навчанні – єдине джерело внутрішніх сил дитини, що породжує енергію для боротьби з труднощами, бажання вчитися..

Щоб дійти до мети, треба перш за все йти. О. де Бальзак

Ситуація успіху – головний нерв гуманізація навчання, виховання. Успіх народжує успіх.

Характеристика дітей, які прагнуть до успіху.

«Надійні». «Упевнені». «Ті, що сумніваються». «Зневірені».

«Надійні». Здібні, сумлінні, привчені до самостійності, авторитетні, емоційно стійкі. Секрет їхньої надійності – у постійному відчутті радості, що збувається. Вони не мають особливих яскравих зльотів, радість їхня постійна, глибока. Але й у них можуть бути проблеми. Проте спеціальних заходів, як правило, вживати не слід. Найліпше зовсім не пропонувати їм допомоги і не лізти з жалісними розмовами.

«Упевнені». Здібності в них вищі, але система роботи слабша. Підвищена емоційність характерна й за успіху, і за невдачі. Слабке місце в цих дітей – швидке звикання до успіху, його девальвація, атрофоване побоювання неуспіху. Для таких дітей корисна дія – прийом «холодний душ». Не поливати бальзамом зачеплене самолюбство, а не багато «підсипати солі».

«Ті, що сумніваються». Це загалом благополучна категорія дітей, сумлінні, їхнє пізнавальні інтереси, як правило пов'язані з навчанням, однак характерною рисою є невпевненість. Вона виявляється не тільки в перепадах настрою, а й результатах роботи. Найбільш болісно вони реагують на несправедливість вчителя, на необ'єктивність. Але вони не вступають у суперечку, а переживають мовчки, хоча й глибоко.

«Зневірені». Зазвичай це діти з непоганими здібностями, але після того, як вони одного разу відчули радість справджених надій, вони втратили її з різних причин. Можливо, це були невдачі чи нетактовність педагога, чи позиція родини, у якій дитина є «попелюшкою».

Чим менша надія на успіх, тим глибшим стає захист. Дитина стає вигнанцем серед більш щасливих дітей. Особливо цьому сприяє система порівняння, рейтингу. Не завжди це рейтинг офіційний, але стихійно педагоги визначають для себе крайніх – сильних, слабких, а середні служать тільки фоном для крайніх. Перетворення гидкого каченяти в лебедя можливе, але для цього необхідно, щоб на шляху дитини зустрівся педагог, який повірить у нього, виявить які-небудь раніше не помічені можливості і знайде шляхи їх реалізації.

11. Підведення підсумків тренінгу.

Психолог: Шановні учасники тренінгу! Давайте станемо в коло й подякуймо один одному за участь у тренінгу, адже завдяки кожному з вас ми дізналися щось нове, корисне. Звучить музика. Учасники висловлюють свої думки, що їм запам'яталось з проведеного тренінгу, що стане їм корисним у житті.

Збережіть позитивні емоції на весь наступний день. Успіхів Вам і внутрішньої рівноваги!

Дякую за співпрацю!

До побачення!

Література:

1. Акмеологічний словник / упор. І. О. Ніколаєску. Черкаси : ОІПОПП, 2012. 28 с.
2. Бех І. Д. Молодший школяр у вікових закономірностях. Початкова школа. 2015. № 3. С. 2–6.
3. Данилова Г. С. Акмеологія шкільної освіти у контексті методології сучасної науки. Рідна школа. 2004. № 11. С. 6–10.
4. Деркач А. А. Акмеология. М. : Изд-во РАГС, 2002. 650 с.
5. Пальчевський С. С. Акмеологія : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. К. : Кондор, 2008. 378 с.
6. Петрухін В. Акмеологічні технології в підвищенні якості освіти. Рідна школа. 2003. № 6. С. 6–9.
7. Савченко О. Я. Виховний потенціал початкової освіти: посібник для вчителів і методистів початкового навчання. К. : Богданова А. М., 2009. 226 с.