

РАССМОТРЕНО:

На заседании ПЦК  
начальных классов

Протокол № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

Методист \_\_\_\_\_ О.Н. Батурина

УТВЕРЖДАЮ:

Директор «Колледжа русской культуры  
им. А.С.Знаменского»

Е.В.Лоншакова \_\_\_\_\_

**Программа адаптации детей к школе  
«Введение в школьную жизнь»**

**на 2012-2013 учебный год  
БУ СПО «Колледжа русской культуры  
им. А.С.Знаменского»**

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

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

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

Основные показатели благоприятной адаптации ребенка:

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

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

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

Деятельность педагогического коллектива школы по организации благоприятной адаптационной среды на переходе от дошкольного к начальному школьному образованию направлена на создание следующих психолого-педагогических условий:

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

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

Результат: благоприятное течение адаптации первоклассников к обучению в школе.

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

Площадь учебного помещения обеспечивается из расчета 2,5 кв.м на одного учащегося.

Туалетные комнаты оборудуются отдельно для мальчиков и девочек.

Предельно допустимая наполняемость класса 25 человек, оптимальная - 20 человек. Оптимальный годовой календарный учебный график, позволяющий равномерно чередовать учебную деятельность и отдых первоклассников.

Каждый первоклассник обеспечивается удобным рабочим местом за партой или столом в соответствии с ростом и состоянием слуха и зрения. Для детей с нарушениями слуха и зрения парты, независимо от их роста, ставятся первыми, причем для детей с пониженной остротой зрения они размещаются в первом ряду от окна.

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

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

Учебный год разбит на 5 периодов обучения. Первое полугодие разделено на 2 периода. Второе полугодие разбито на 3 периода обучения. Дополнительные каникулы для 1-х классов - 1 неделя (в феврале).

Обучение весь год в 1-ю смену с 8.00 часов.

Пятидневный режим обучения с соблюдением требований к максимальному объему учебной нагрузки. Объем недельной нагрузки не должен превышать 22 часа, дневная учебная нагрузка - не более **четырёх** уроков.

«Ступенчатый режим» постепенного наращивания учебного процесса: в сентябре - октябре проводится ежедневно по три урока (остальное время заполняется целевыми прогулками, экскурсиями, физкультурными занятиями, развивающими играми). Продолжительность урока - 35 минут в первой четверти, и 45 минут со второй четверти. Со второй четверти ежедневно проводится по 4 урока.

Облегченный день в середине учебной недели (учет биоритмологического оптимума умственной и физической работоспособности).

Продолжительность перемен между уроками - не менее 10 минут, большой перемены после второго урока - не менее 20 минут. В это время организуется завтрак в помещении школьной столовой.

Уроки, требующие большого умственного напряжения (русский язык, родной язык, математика) рекомендуется проводить первыми или вторыми уроками. Уроки по искусству, окружающему миру целесообразно проводить после динамической паузы (третий урок). А уроки с преобладанием двигательного компонента (физкультура, ритмика и др.) - последними.

После третьего (или второго) урока необходимо проводить динамическую паузу (прогулку на свежем воздухе или игры в помещении) длительностью не менее 40 минут

## II. ОРГАНИЗАЦИЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ

### 1. Медико-педагогическая диагностика состояния здоровья первоклассников:

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

### 2. Профилактическая работа по предупреждению заболеваний:

- проведение плановых и внеплановых прививок медработником школы (в т.ч. вакцинация против гриппа, клещевого энцефалита);
- витаминизация;
- профилактика простудных заболеваний (применение чеснока, элеутерококка, оксалиновой мази и т.д.);
- создание в школе условий для соблюдения санитарно-гигиенических навыков: мытья рук, переобувания сменной обуви и т.д.;
- соблюдение санитарно-гигиенического и противоэпидемического режима;

### 3. Максимальное обеспечение двигательной активности детей:

- ежедневная физзарядка до занятий;

- согласно письму МО РФ «Об организации обучения в первом классе четырехлетней начальной школы» (от 25.09.2000г. № 2021/11-13), физкультминутки проводятся на каждом уроке продолжительностью по 1,5-2 минуты (рекомендуется проводить на 10-й и 20-й минутах урока). В комплекс физминуток включаются различные упражнения с целью профилактики нарушения зрения, простудных заболеваний, заболеваний опорно-двигательного аппарата;
- подвижные игры на переменах;
- ежедневные прогулки ( по возможности);
- внеклассные спортивные мероприятия;

4. Организация рационального питания первоклассников предусматривает:

- назначение учителя, ответственного за организацию горячего питания в школе, за родительскую плату и бесплатное питание;
- создание бракеражной комиссии в составе: медицинский работник школы, учитель, ответственный за организацию питания;
  - выполнение требований СанПиН к организации питания в общеобразовательных учреждениях;
- соблюдение основных принципов рационального питания: соответствие энергетической ценности рациона возрастным физиологическим потребностям детей (учет необходимой потребности в энергии детей 7 лет при одноразовом горячем питании примерно 480 ккал
- создание благоприятных условий для приема пищи и обучение культуре поведения за столом;
- организация дежурства детей в столовой;
- практически 100%-ный охват первоклассников горячим питанием;

5. Организация психологической помощи первоклассникам.

6. Использование в учебном процессе здоровьесберегающих образовательных технологий с целью вхождения ребенка в образовательное поле школы без потерь для здоровья, достижения положительного результата без излишнего напряжения и переутомления.

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

### III. ОРГАНИЗАЦИЯ УЧЕБНО-ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ В АДАПТАЦИОННЫЙ

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

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

Организация уроков письму. Необходимо обратить внимание на организацию **обучения письму** в первом классе. Для детей 6-7 лет еще очень трудны тонкокоординированные движения при письме. Письмо утомительно для младшего школьника.

Для эффективного формирования навыка письма на начальном этапе (букварный период) необходимо дать ребенку четкое представление о траектории движения при письме каждого элемента и буквы (точка начала движения, направление движения руки, точка окончания

движения руки), учитывая, что каждый элемент пишется отдельно, а связность и слитность письма формируются только на следующих этапах обучения. Категорически запрещается форсировать темп письма - каждый ребенок на начальном этапе обучения имеет свою скорость письма. При одновременном выполнении письменных заданий под диктовку учителя всем классом рекомендуется учитывать индивидуальные особенности скорости письма учащихся.

При обучении письму леворуких детей следует использовать специальные прописи. При обучении письму рекомендуется регулярно (через каждые 5-7 минут) проводить гимнастику для пальцев: сжимание и разжимание, потряхивание кистями. Наилучший эффект дает сочетание гимнастики для пальцев с дыхательными упражнениями, сгибаниями и разгибаниями позвоночника в шейном и грудном отделах. Упражнения нужно чередовать, а после их проведения можно снова заняться письмом.

Одновременно с обучением письму необходимо проводить специальные упражнения, тренирующие мелкую моторику руки: раскрашивание, закрашивание, рисование по контуру, массаж и гимнастику пальцев и пр.

При обучении чтению категорически запрещается проверка скорости чтения в течение всего учебного года и определение средней скорости по классу. Динамику формирования навыка чтения можно проанализировать, сравнивая скорость чтения одного и того же ребенка в течение учебного года, не сравнивая со скоростью чтения других детей. Нормативных значений скорости чтения, которых должен достигнуть ребенок к концу первого года обучения, нет. У каждого ребенка может быть своя скорость чтения, важно совершенствование качества чтения {приоритетным является понимание прочитанного}.

В связи с трудностями, возникающими у первоклассников при обучении чтению и письму, следует во время урока использовать различные упражнения для зрительного анализатора. Например, полезно несколько раз прерывать чтение, с силой зажмуриться, поворачивать глазами по и против часовой стрелки, посмотреть в окно, перевести взгляд на далеко расположенные объекты. Можно применить и специальные зрительные тренажеры. Например, разместить в различных участках классной комнаты какие-либо яркие объекты (игрушки, красочные картинки). Дети, стоя, под счет учителя, быстро поочередно фиксируют взор на этих зрительных метках, в течение 1,5-2 минут сочетая движения головы, глаз, туловища.

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

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

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

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

Организация уроков окружающего мира. Адаптационный период совпадает по времени с сезоном года, когда имеются благоприятные возможности для проведения экскурсий и целевых прогулок, в ходе которых происходит непосредственное знакомство детей с окружающим миром, обеспечивается накопление чувственного опыта, реальных ярких впечатлений, которые очень важны для успешного познания окружающего. Но замена всех уроков окружающего мира

прогулками и экскурсиями нецелесообразна, поскольку может значительно снизиться их эффективность. Проведенные наблюдения осмысливаются, обобщаются, встраиваются в формирующуюся систему представлений о мире, а это возможно именно на уроке. Экскурсии и целевые прогулки определены образовательной программой, по которой обучаются школьники.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

## 3. Контроль и оценка результатов обучения.

Контроль и оценка результатов обучения в 1-х классах осуществляется в соответствии с Письмом МО РФ «Об организации обучения в первом классе четырехлетней начальной школы» от 25.09.2000 г. № 2021/11-13: исключается система балльного (отметочного) оценивания. Оценочная деятельность педагогов направлена на то, чтобы стимулировать учебно-познавательную деятельность первоклассников.

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

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

## 4. Индивидуальная работа с первоклассниками.

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

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

- задания разной степени трудности;
- специально подобранные общеразвивающие упражнения на развитие мышления, речи, воображения, внимания, памяти и пр., занимающие небольшую по времени часть урока. При этом по возможности дети объединяются в пары, группы, чтобы коллективно решить ту или иную логическую или творческую задачу;
- предлагаемый детям на уроке дополнительный материал, который создает благоприятный интеллектуальный и эмоциональный фон обучения. Не требуется от каждого ребенка запоминания дополнительного содержания, т.к. оно больше служит для поддержания интереса детей, чем увеличения их информированности.

#### IV. ОРГАНИЗАЦИЯ ВНЕУЧЕБНОЙ ЖИЗНИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ

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

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

#### V. ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО СООБЩЕСТВА

Период	Мероприятие	Цель	Ответственный	Примечание
август	Разработка программы по созданию условий для адаптации первоклассников на 1 четверть.	Создание наиболее оптимальных условий для безболезненного вхождения учащихся в школьную жизнь с соответствии с требованиями новых ФГОС.	Зам. директора по ОО учителя первых классов	
август	Заседание отделения ОО	Утверждение программы адаптационного периода. Обеспечение учащихся УМК.	Зам. директора по ОО, учителя 1-х классов, библиотекарь	
август	Заседание ПЦК с педагогами, работающими в 1-х классах на тему: "Планирование периода острой адаптации первоклассников. Курс «Введение в школьную	Знакомство педагогов с особенностями организации острого адаптационного периода первоклассников к школьной жизни (нормативные документы по ФГОС).	Зав. ПЦК нач.кл.	

	жизнь".	Осознание классными руководителями идеи адаптационного периода и принятие его смысла.		
август	Разработка расписания занятий для учащихся 1-х классов	Соблюдение требований положения об адаптационном периоде первоклассников с учетом новых САН Пин и требований ФГОС НОО.	Директор, Зам. директора по ОО	
август	Организационное родительское собрание для 1 классов	Знакомство родителей с особенностями острого адаптационного периода первоклассников в новом образовательном пространстве, рекомендации учителей и педагога-психолога.	Зам. директора по ОО учителя 1-х классов	
сентябрь	Городская входная педагогическая диагностика учащихся 1-х классов.	Определить уровень готовности учащихся первых классов к обучению в школе.	Зам. директора по ОО Зав ПЦК учителя 1-х классов	
сентябрь - ноябрь	Наблюдение за учащимися 1 классов во время и вне урочных занятий	Корректировка деятельности учителей и кл. руководителей по формированию нового детского коллектива, рекомендации педагогам	Зам. директора по ОО Зав ПЦК учителя 1-х классов	
октябрь	Исследование мотивационной сферы учащихся 1 классов колледжа.	Определение уровня мотивации. Корректировка деятельности педагогов.	Зав ПЦК учителя 1-х классов	
октябрь	По результатам исследований проводится психолого-педагогический консилиум (ППК)	В задачу консилиума входит выявление причин отклонений в поведении и обучении детей, затрудняющих их социально-психологическую адаптацию. Здесь же вырабатываются рекомендации отдельным учащимся для учителей (в т.ч. предметников), родителей	Председатель ППК с участием психолога, учителей, работающих в 1 классах.	



октябрь	Родительское собрание по итогам адаптационного периода.	Выяснить ожидания родителей в связи с обучением их ребенка в колледже; Ознакомить родителей с итогами адаптационного периода.	Зам. директора по ОО учителя 1-х классов	
декабрь	Внутришкольная педагогическая диагностика учащихся 1-х классов.	Выявить уровень обученности за период адаптации	Зам. директора по ОО Зав ПЦК учителя 1-х классов	
апрель	Годовые контрольные работы	Контроль ЗУН на конец 1-го класса	Зам. директора по ОО Зав ПЦК учителя 1-х классов	
май	Городская педагогическая диагностика учащихся 1-х классов.	Проверка УУД на конец первого года обучения	Зам. директора по ОО Зав ПЦК учителя 1-х классов	
май	Исследование мотивационной сферы учащихся 1 классов колледжа.	Определение уровня мотивации. Корректировка деятельности педагогов.	Зав ПЦК учителя 1-х классов	
май	Мониторинг успешности адаптации первоклассников	Вырабатываются рекомендации отдельным учащимся для учителей (в т.ч. предметников), родителей	Председатель ППК с участием психолога, учителей, работающих в 1 классах	
май	Родительское собрание по итогам адаптационного периода.	Выяснить ожидания родителей в связи с обучением их ребенка в колледже; Ознакомить родителей с итогами адаптационного периода.	Зам. директора по ОО учителя 1-х классов	

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Работа педагогов по преодолению той или иной формы дезадаптации направлена прежде всего на устранение причин, ее вызывающих.

## Приложение №1

### Проявление школьной дезадаптации у младших школьников

Форма дезадаптации	Причины	Коррекционные мероприятия
Неприспособленность к предметной стороне учебной деятельности	Недостаточное интеллектуальное и психомоторное развитие ребенка, отсутствие помощи и внимания со стороны родителей и учителей	Специальные беседы с ребенком, в ходе которых надо установить причины нарушений учебных навыков и дать рекомендации родителям
Неспособность произвольно управлять своим поведением	Неправильное воспитание в семье (отсутствие внешних норм,	Работа с семьей; анализ собственного поведения учителем с целью

	ограничений)	предотвратить возможное неправильное поведение
Неспособность принять темп школьной жизни (чаще встречается у соматически ослабленных детей, детей с задержками развития, слабым типом нервной системы)	Неправильное воспитание в семье или игнорирование взрослыми индивидуальных особенностей детей	Работа с семьей, определение оптимального режима нагрузки ученика
Школьный невроз, или «фобия школы», - неумение разрешить противоречие между семейными и школьными «мы»	Ребенок не может выйти за границы семейной общности - семья не выпускает его (чаще это у детей, родители которых бессознательно используют их для решения своих проблем)	Необходимо подключение школьного психолога - семейная терапия или групповые занятия для детей в сочетании с групповыми занятиями для их родителей

## Приложение №2

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

**Третья группа** – дети, у которых социально-психологическая адаптация связана со значительными трудностями; кроме того, они не усваивают учебную программу, у них отмечаются негативные формы поведения, резкое проявление отрицательных эмоций. Именно на таких детей чаще всего жалуются учителя, родители. Это тяжелая форма адаптации.

Постоянные неуспехи в учебе, отсутствие контакта с учителем создают отчуждение и отрицательное отношение сверстников. Среди этих детей могут быть те, кто нуждается в специальном лечении – ученики с нарушениями психоневрологической сферы, но могут быть и ученики, не готовые к обучению. Если вовремя не разобраться в причинах плохого поведения, не скорректировать затруднения адаптации, то все вместе может привести к срыву, дальнейшей задержке в развитии и неблагоприятно отразиться на состоянии здоровья ребенка. Так или иначе, плохое поведение – сигнал тревоги, повод внимательнее посмотреть на ученика и вместе с родителями разобраться в причинах трудности адаптации к школе.

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

#### Приложение №3

### **Острый адаптационный период первоклассников (первые 4 недели)**

#### **Курс «Введение в школьную жизнь».**

Соблюсти все условия стандарта и обеспечить адаптацию детей к школе можно средствами проектного обучения. Так, в адаптационный период можно заменить классно – урочную систему обучения на организацию деятельности детей в краткосрочных проектах, блоках - модулях продолжительностью от 12 до 35 минут. При этом необходимо, чтобы за образовательным процессом наблюдали педагог – психолог и социальный педагог колледжа, с целью выявления среди обучающихся детей группы риска.

Задания каждого блока – модуля должны быть многофункциональными для решения задач предметного, метапредметного и личностного содержания. Учителю важно помнить о необходимости содержательной взаимосвязи всех блоков – модулей, о последовательности и смысловых переходах от одного этапа обучения к другому. Педагоги первых классов при желании могут расширить темы блоков – модулей.

Содержание блоков – модулей, рекомендованное зам. директора МЦ ЦОУО Департамента образования г. Москвы С.И. Сабельниковой:

- Блок - модуль «Давайте познакомимся»
- Блок – модуль «Знакомство»
- Блок – модуль «Школа»
- Блок – модуль «Я в пространстве класса»
- Блок – модуль «Окошко»
- Блок – модуль «Макет» (проектная работа обучающихся с родителями)
- Блок – модуль «Учебники»
- Блок – модуль «Портфель»
- Блок – модуль «Знакомство с тетрадью»
- Блок – модуль «Пенал – карандаш»
- Блок – модуль «Готовим руку к письму»
- Блок – модуль «Любимая игрушка»
- Блок – модуль «Задание на слушание»

Блок – модуль «Озвучь мультфильм»

Блок – модуль «Сам себе режиссер»

Блок – модуль «Занятие на улице»

Блок – модуль «Игры на уроках физической культуры» (Игры «Пятнашки», «Бег по кругу», «Охотники»).

#### Приложение №4

#### Анкета для оценки уровня школьной мотивации Н. Лускановой

1. Тебе нравится в школе?
  - не очень
  - нравится
  - не нравится
2. Утром, когда ты просыпаешься, ты всегда с радостью идешь в школу или тебе часто хочется остаться дома?
  - чаще хочется остаться дома
  - бывает по-разному
  - иду с радостью
3. Если бы учитель сказал, что завтра в школу не обязательно приходить всем ученикам, что желающие могут остаться дома, ты пошел бы в школу или остался дома?
  - не знаю
  - остался бы дома
  - пошел бы в школу
4. Тебе нравится, когда у вас отменяют какие-нибудь уроки?
  - не нравится
  - бывает по-разному
  - нравится
5. Ты хотел бы, чтобы тебе не задавали домашних заданий?
  - хотел бы
  - не хотел бы
  - не знаю
6. Ты хотел бы, чтобы в школе остались одни перемены?
  - не знаю
  - не хотел бы
  - хотел бы
7. Ты часто рассказываешь о школе родителям?
  - часто
  - редко
  - не рассказываю
8. Ты хотел бы, чтобы у тебя был менее строгий учитель?
  - точно не знаю
  - хотел бы
  - не хотел бы
9. У тебя в классе много друзей?
  - мало
  - много
  - нет друзей
10. Тебе нравятся твои одноклассники?
  - нравятся
  - не очень
  - не нравятся

## Ключ

Количество баллов, которые можно получить за каждый из трех ответов на вопросы анкеты.

№ вопроса	оценка за 1-й ответ	оценка за 2-й ответ	оценка за 3-й ответ
1	1	3	0
2	0	1	3
3	1	0	3
4	3	1	0
5	0	3	1
6	1	3	0
7	3	1	0
8	1	0	3
9	1	3	0
10	3	1	0

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

У таких детей есть познавательный мотив, стремление наиболее успешно выполнять все предъявляемые школой требования. Ученики четко следуют всем указаниям учителя, добросовестны и ответственны, сильно переживают, если получают неудовлетворительные оценки. В рисунках на школьную тему они изображают учителя у доски, процесс урока, учебный материал и т.п.

**Второй уровень.** 20-24 балла – хорошая школьная мотивация.

Подобные показатели имеют большинство учащихся начальных классов, успешно справляющихся с учебной деятельностью. В рисунках на школьную тему они также изображают учебные ситуации, а при ответах на вопросы проявляют меньшую зависимость от жестких требований и норм. Подобный уровень мотивации является средней нормой.

**Третий уровень.** 15-19 баллов – положительное отношение к школе, но школа привлекает таких детей внеучебной деятельностью.

Такие дети достаточно благополучно чувствуют себя в школе, однако чаще ходят в школу, чтобы общаться с друзьями, с учителем. Им нравится ощущать себя учениками, иметь красивый портфель, ручки, тетради. Познавательные мотивы у таких детей сформированы в меньшей степени, и учебный процесс их мало привлекает. В рисунках на школьную тему такие ученики изображают, как правило, школьные, но не учебные ситуации.

**Четвертый уровень.** 10-14 баллов – низкая школьная мотивация.

Эти дети посещают школу неохотно, предпочитают пропускать занятия. На уроках часто занимаются посторонними делами, играми. Испытывают серьезные затруднения в учебной деятельности. Находятся в состоянии неустойчивой адаптации к школе. В рисунках на школьную тему такие дети изображают игровые сюжеты, хотя косвенно они связаны со школой.

**Пятый уровень.** Ниже 10 баллов – негативное отношение к школе, школьная дезадаптация.

Такие дети испытывают серьезные трудности в обучении: они не справляются с учебной деятельностью, испытывают проблемы в общении с одноклассниками, во взаимоотношениях с

учителем. Школа нередко воспринимается ими как враждебная среда, пребывание в которой для них невыносимо. Маленькие дети (5-6 лет) часто плачут, просятся домой. В других случаях ученики могут проявлять агрессию, отказываться выполнять задания, следовать тем или иным нормам и правилам. Часто у подобных школьников отмечаются нервно-психические нарушения. Рисунки таких детей, как правило, не соответствуют предложенной школьной теме, а отражают индивидуальные пристрастия ребенка.

#### Приложение №5

Примерная тематика родительских собраний в 1 классе.

Срок проведения	Тема собрания, вопросы для обсуждения	Ответственные
сентябрь	1. Особенности адаптационного периода 2. О задачах на учебный год (утверждение плана работы на год) 3. Выборы родительского комитета класса	Учитель, психолог, соц.педагог, учителя предметники
октябрь	1. Младший школьник: особенности развития 2. Оценка результатов обучения и развития личности ребёнка в первом классе. Портфолио учащегося. 3. Гипперопека.	Учитель, психолог
ноябрь	1. Итоги адаптационного периода 2. Дети и телевидение (диспут)	Родительский комитет, учитель, психолог
январь	Итоги первого полугодия	Родительский комитет, учитель
март	Садимся за уроки (организационно-деятельностная игра)	Родительский комитет, учитель
май	1. Об итогах учебного года 2. Организация летнего отдыха детей	Родительский комитет, учитель

#### Приложение №6

№ уровня показателя адаптации	Показатели адаптации и характеристика их различных уровней	Выбранный уровень показателя адаптации	Примечание
<b>Настроение ребенка</b>			
<b>1</b>	Настроение стабильное, эмоционально уравновешенное		
<b>2</b>	Эпизодические проявления снижения настроения		



№ уровня показателя адаптации	Показатели адаптации и характеристика их различных уровней	Выбранный уровень показателя адаптации	Примечание
3	Легкая депрессия, из которой ребенок выходит в случае интересных заданий		
4	Вялость, рассеянность		
5	Заторможенность, истерия, плач		
6	Выражение негативного отношения к школе		
7	Полное нежелание идти в школу		
<b>Контакты со сверстниками</b>			
1	Легко и уверенно входит в коллектив		
2	Активно ищет и устанавливает контакты со сверстниками		
3	Инициативы в установлении контактов не проявляет, но при случае выражает готовность “сотрудничать” со сверстниками		
4	Робок, малоинициативен, избирателен в общении		
5	Не поддерживает социальных контактов		
6	Замкнут, недоверчив, стремится изолироваться от сверстников		
<b>Познавательная активность</b>			
1	На уроках проявляет активность и интерес		
2	Посещает все уроки без принуждения		
3	Проявляет избирательный интерес к определенным урокам и остается равнодушным к другим		
4	Учится без видимого желания		
5	Не проявляет интереса к учебе, тяготится ею		
<b>Дисциплина</b>			
1	С особой тщательностью и усердием выполняет все требования учителя		
2	Выполняет практически все требования учителя, усидчив, старателен, мало отвлекается		
3	Пытается идти в ногу с классом, но это не всегда получается из-за несобранности		
4	Требования учителя выполняет неохотно		
5	На уроках часто отвлекается		
6	Игнорирует требования учителя		
<b>Реакции агрессии, гнева</b>			
1	Гнев проявляет редко, когда возникает необходимость, агрессия отсутствует		
2	Гнев практически отсутствует в силу		

№ уровня показателя адаптации	Показатели адаптации и характеристика их различных уровней	Выбранный уровень показателя адаптации	Примечание
	характерологических особенностей		
<b>3</b>	Гнев отсутствует в связи со сниженным настроением		
<b>4</b>	Гнев отсутствует совершенно, ребенок не может постоять за себя		
<b>5</b>	Не всегда мотивированные проявления агрессии в отношении сверстников		
<b>6</b>	Отчетливые и частые проявления агрессии в отношении сверстников и даже учителя		
<b>Страх</b>			
<b>1</b>	Страх отсутствует		
<b>2</b>	Эпизодически робок, застенчив, стеснителен		
<b>3</b>	Робок, застенчив, легко теряется		
<b>4</b>	Указанные черты ярко выражены		
<b>5</b>	В случае выраженной тревоги и неуверенности ищет защиты у учителя		
<b>Двигательная активность на перемене</b>			
<b>1</b>	Ребенок подвижен, активен		
<b>2</b>	Двигательная активность очень высока и проявляется в шумных развлечениях, шалостях		
<b>3</b>	Двигательная активность низкая		
<b>4</b>	Двигательная активность всегда низкая		
<b>Общее самочувствие</b>			
<b>1</b>	Жалоб не предъявляет, чувствует себя бодрым		
<b>2</b>	Активно не жалуется, но после уроков возникает чувство усталости		
<b>3</b>	Периодически жалуется на недомогания		
<b>4</b>	Жалобы принимают устойчивый характер		
<b>5</b>	Проявление невротических расстройств		
<b>Успеваемость</b>			
<b>1</b>	Хорошая		
<b>2</b>	Хорошая/удовлетворительная		
<b>3</b>	Удовлетворительная		
<b>4</b>	Удовлетворительная/плохая		