

Принято Педагогическим советом
(протокол № 34 от 11.06.2021г.)



**ПРОГРАММА ОРГАНИЗАЦИИ
ПРОЦЕССА АДАПТАЦИИ
ПЕРВОКЛАССНИКОВ К ШКОЛЬНОМУ
ОБУЧЕНИЮ
в МКОУ СОШ № 1
г. Нижние Серги
на 2021-2026 учебный год**

ПРОГРАММА ОРГАНИЗАЦИИ ПРОЦЕССА АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К ШКОЛЬНОМУ ОБУЧЕНИЮ.

ВВЕДЕНИЕ

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

Начало обучения в школе совпадает с интенсивным психическим развитием. Идет формирование познавательной деятельности, развиваются различные виды памяти, словесно-логическое мышление. Высокая эмоциональность способствует преобладанию произвольных реакций. Но ученики уже могут сознательно управлять своим поведением, подчиняться необходимым требованиям – развивается произвольность. В младшем школьном возрасте у детей активно происходит формирование внутреннего плана действий, начинает развиваться способность к рефлексии.

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

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

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

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

Основные показатели благоприятной адаптации ребенка:

- сохранение физического, психического и социального здоровья детей;
- установление контакта с учащимися, с учителем;
- формирование адекватного поведения;

- овладение навыками учебной деятельности.

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

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

Между 6-ю и 7-ю годами наступает новый уровень социального развития ребёнка. Он пытается выйти за рамки дошкольного возраста. На этой стадии характерна доминирующая роль семьи в удовлетворении материальных, коммуникативных, эмоциональных потребностей ребёнка, поэтому работа с будущими первоклассниками начинается со школы будущего первоклассника.

1. Работа школы будущего первоклассника начинается с проведения родительских собраний в детских садах № 2,10,65. Это организационное собрание для родителей будущих первоклассников (проводится в сентябре, за год до посещения ребёнком школы). Цель собрания: познакомить родителей с психолого-педагогическими условиями школы, с материально-технической базой, с особенностями организации учебно-воспитательного процесса, традициями школы, а главное – начать психологическую подготовку родителей к новому этапу воспитания.

2. С октября по май проходят занятия для будущих первоклассников (каждую субботу) по разработанным программам.

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. Создание предметно-пространственной среды.
- 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.

За период обучения в первом классе у ребёнка должны сформироваться следующие новообразования, которые характеризуют возрастной уровень развития:

1. Умение осознать своё назначение (конкретное представление ребёнка об окружающей действительности)
2. Освоение нового для детей вида деятельности – учебной, умение рационально использовать время на уроке.
3. Овладение посильными приёмами самостоятельной работы.
4. Высокий, в соответствии с возможностями, уровень психических процессов, особенно важных для деятельности для учения: воображения, мышления, связной речи.
5. Формирование нравственных и эстетических представлений.

ОРГАНИЗАЦИЯ РЕЖИМА ШКОЛЬНОЙ ЖИЗНИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ. СОЗДАНИЕ ПРЕДМЕТНО - ПРОСТРАНСТВЕННОЙ СРЕДЫ.

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

С целью избежать неравномерности распределения учебного и каникулярного времени, учитывая физический принцип чередования труда и отдыха как необходимого условия для предупреждения переутомления школьников для сохранения стабильного уровня их работоспособности в течение года введён оптимальный годовой календарный график.

Недельное расписание четвертых уроков в 1-х классах: понедельник – физкультура, вторник – технология (урок-игра), среда – физическая культура, четверг – ИЗО (урок-путешествие), пятница – физическая культура.

Учебный год разбит на 5 периодов обучения («четвертей»), введены дополнительные каникулы в феврале. Учебный год первоклассников составляет 32 учебные недели.

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

2. Требования к организации учебно-воспитательного процесса:

1. Обучение весь год в 1-ю смену с 8.00 часов.
2. Пятидневный режим обучения с соблюдением требований к максимальному объёму учебной нагрузки. Дневная учебная нагрузка - не более четырёх уроков

3. «Ступенчатый режим» постепенного наращивания учебного процесса: в сентябре-октябре проводится ежедневно только по три урока по 35 минут каждый, а со второй четверти - 4 урока по 35 минут. Остальное время заполняется целевыми прогулками, экскурсиями, физкультурными занятиями, развивающими и дидактическими играми с двигательной направленностью.
4. Облегченный день в середине учебной недели (учет биоритмологического оптимума умственной и физической работоспособности).
5. 35-минутный урок в течение всего учебного года с обязательным проведением не менее двух физминуток по 1.5- 2 минуты каждая. Физминутки рекомендуется проводить на 10-20 минутах уроков.
6. Продолжительность перемен между уроками 10 минут, а большой перемены – 20 минут. В это время организуется горячий обед в школьной столовой.
7. Ежедневная 40-минутная динамическая пауза на свежем воздухе после уроков.
8. Для снятия статистического напряжения школьников рекомендуется на четвёртых уроках использовать не классно-урочную систему, а иные формы организации учебного процесса. Учителю рекомендуется планировать последними часами уроки физической культуры, трудового обучения, изобразительного искусства, музыки в форме уроков- игр, Уроков-театрализаций, уроков-экскурсий, уроков-импровизаций, т.е. на этих уроках обучение и закрепление учебного материала предлагается проводить в нетрадиционной форме.
9. Уроки физического воспитания в течении первых двух месяцев по возможности проводятся на свежем воздухе, на уроках используются различные игры и игровые ситуации.

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.

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, 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 противозаразительного режима;
- корректирующие занятия с детьми, имеющими нарушения опорно-двигательного аппарата и зрения.

3. Максимальное обеспечение двигательной активности детей:

- ежедневная физзарядка до занятий;
- согласно требованиям СанПиН в середине учебного дня (после третьего урока) для первоклассников проводится динамическая пауза на свежем воздухе продолжительностью 40 минут;
- подвижные игры на переменах;
- внеклассные спортивные мероприятия.

4. Организация рационального питания первоклассников предусматривает:

- выполнение требований СанПиН к организации питания в общеобразовательных учреждениях;
- соблюдение основных принципов рационального питания: соответствие энергетической ценности рациона возрастным физиологическим потребностям детей (учет необходимой потребности в энергии детей 7 лет при одноразовом горячем питании примерно 480 ккал); сбалансированность рациона питания детей по содержанию белков, жиров и углеводов для максимального их усвоения в соотношении 1:1:4; восполнение дефицита витаминов в питании школьников за счет корректировки рецептур и использования обогащенных продуктов; максимальное разнообразие рациона путем использования достаточного ассортимента продуктов и различных способов кулинарной обработки; соблюдение оптимального режима питания.

- 100%-ный охват первоклассников горячим питанием, организация горячего питания в группах продлённого дня.

5. 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 (разработана программа по использованию здоровьесберегающих технологий при организации учебно-воспитательного процесса в начальной школе)

Стиль общения учителя с первоклассниками учитывает особенности поведения детей, связанные с их умением общаться с 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.

6. Контроль и оценка результатов обучения.

1. Контроль и оценка результатов обучения в 1-х классах осуществляется в соответствии с Уставом МКОУ СОШ № 1 г. Нижние Серги исключается система балльного (отметочного) оценивания.

Всё выше перечисленное способствует снижению уровня невротизации, позволяет избежать стрессовых ситуаций, а значит сохранить психическое здоровье детей, создать условия для успешной адаптации. Помочь каждому ребёнку в промежутке между дошкольным и школьным детством войти в новую систему отношений со взрослыми, сверстниками и самим собой.

ОРГАНИЗАЦИЯ УЧЕБНО-ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ В АДАПТАЦИОННЫЙ ПЕРИОД

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

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

Цели курса «Введение в школьную жизнь»:

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

Содержание вводного курса строится на доступном практически всем первоклассникам дошкольном материале игры, рисования, конструирования, элементарного экспериментирования, исключается классно-урочная организация учебно-познавательного процесса.

«Введение ...» проводится психологом и классным руководителем.

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

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

Организация уроков математики. Начальный период адаптации совпадает с проведением подготовительной работы к восприятию понятий числа, отношения, величины, действий с числами и др. (так называемый 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 музыки. Основой изучения закономерностей музыкального искусства детьми являются простейшие музыкальные жанры - песня, танец, марш, их интонационно-образные особенности. В связи с этим учебная деятельность первоклассников на уроках музыки включает в себя ярко выраженные игровые моменты.

Учителем используются следующие образно-игровые приемы:

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

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

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

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

Художественные занятия в период адаптации имеют различные формы: прогулки и экскурсии в парк или лес с целью развития навыков восприятия, эстетического любования и наблюдательности, а также сбора природных материалов для художественных дальнейших занятий; экскурсия в школьный или городской музей (школьные выставки - 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 изобразительного искусства, способствуя снятию напряжения.

Организация уроков трудового обучения. Основные направления работы на первых уроках труда включают в себя расширение сенсорного опыта детей, развитие моторики рук, формирование познавательных процессов (восприятия, внимания, памяти, мышления, воображения), координации

движений, формирование первоначальных приемов работы с ручными инструментами и пр.

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

Так же как и другие уроки, часть **уроков труда** проводится в форме экскурсий или игр: подготовительная работа к созданию художественного образа проходит на таких экскурсиях, как: «Красота окружающей природы», «Образы родного края», «Сказочные животные», «Птичий базар». Здесь происходит тренировка умения видеть образы в окружающих предметах, которые впоследствии дети будут воплощать в своих работах; сбор природного материала проводится на экскурсии «Природа - художник и скульптор» («Что дарит нам природа?»), которая включает в себя игры-соревнования: «Собери листочки одинаковой формы», «Кто больше придумает образов, которые можно сделать из шишки», «Из каких природных материалов можно сделать фигурки лисички», «Кого напоминает эта веточка?»), «Найди листочки, напоминающие по форме перо птицы» и т.д.; уроки-конкурсы с использованием изготовленных поделок (театрализованный конкурс «Озвучь тот персонаж, который ты изобразил», урок-игра «Бумажная авиация» и т.д.).

3. Особенности организации урока в 1-м классе.

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

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

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

4. Индивидуальная работа с первоклассниками.

В процессе обучения важно учитывать индивидуальные особенности ребенка. Уровень готовности ребёнка к школе может быть и высоким и очень низким. У некоторых первоклассников не сформированы школьно-значимые функции:

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.

ОРГАНИЗАЦИЯ ВНЕУЧЕБНОЙ ЖИЗНИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ.

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

1. Общешкольные и классные мероприятия во внеурочное время с целью приобщения первоклассников к школьным традициям. Выполнение требования соответствия содержания и форм воспитательной работы возрастным особенностям

первоклассников. Воспитание в процессе игры (сюжетно-ролевые, игры-драматизации, спортивные и т.д.) как прием воспитания. Детские праздники. Экскурсии. Выставки детского творчества. Концерты для родителей.

ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО СООБЩЕСТВА.

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

1. Малые педсоветы педагогов, работающих в 1-х классах, круглые столы с воспитателями, логопедами, психологами детских садов.

2. Взаимодействие с родителями первоклассников:

- изучение условий жизни ребенка в семье, собеседование с родителями накануне учебного года;
- ведение социального паспорта класса классным руководителем;
- ежедневные контакты с родителями во время прихода и ухода ребенка;
- из школы; коллективные и индивидуальные консультации для родителей; родительские собрания (разработана тематика родительских собраний и консультаций для первоклассников ПРИЛОЖЕНИЕ №2)
- организация встреч со школьным психологом;
- совместная деятельность педагогов и родителей по организации жизни первоклассников в школе, создание классного актива, работа родительского комитета.

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 адаптируются в течение первых двух месяцев обучения (6-8 недель), вторая группа имеет более длительный период адаптации, третья группа - дети, у которых период начала обучения в школе связан со значительными трудностями.

На течение адаптации первоклассников оказывают влияние различные факторы.

К числу наиболее благоприятных факторов относят следующие:

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

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

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

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

При определении уровня готовности детей к школьному обучению ориентиром служит карта - развития ребёнка (передается детскими садами), в которой желательно отразить 4 уровня готовности к обучению по следующим параметрам:

Карта-характеристика готовности ребенка к началу школьного обучения (по Овчаровой Р.В.)

1. Психологическая и социальная готовность к школе:

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

2. Развитие школьно-значимых психофизиологических функций:

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

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

3. Развитие познавательной деятельности:

- а) кругозор;
- б) развитие речи;
- в) развитие познавательной активности, самостоятельности;
- г) сформированность интеллектуальных умений (анализа, сравнения, обобщения, установления закономерностей);
- д) произвольность деятельности;
- е) контроль деятельности;
- ж) темп деятельности.

4. Состояние здоровья.

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

Таковыми показателями являются:

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

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

Психологическое исследование процесса адаптации ребёнка в школе проводит школьный психолог в середине октября. С результатами исследования знакомит классного руководителя и родителей даёт рекомендации, консультации по коррекции признаков дезадаптации (разработана карта адаптации первоклассника ПРИЛОЖЕНИЕ №3).

Педагоги используют следующие способы изучения течения адаптации первоклассников к школьному обучению:

- рисунки на тему «Что мне нравится в школе»;
- анкетирование родителей
- карта адаптации первоклассника (заполняется в середине октября - конце первой четверти педагогами, с учётом наблюдений психолога, логопеда, медицинского работника) тестирование умственной работоспособности первоклассников, всего классного коллектива в начале и конце учебных занятий (в качестве коррективного теста используется таблица Анфимова) с целью выделения учащихся, заканчивающих школьные занятия с сильным и выраженным утомлением («группа риска»), с целью снижения и профилактики нарушений нервно-психического здоровья у первоклассников;
- минутки рефлексии в конце урока.

Планируемый результат работы по данной программе адаптации:

Ребёнок – успешная адаптация при переходе в школу, сведение к минимуму проблем дезадаптации.

Педагог – умение обеспечить весь комплекс условий для успешной адаптации.

Родители – осознание того, что успешная адаптация во многом зависит от родительской поддержки и понимания.

В течение ряда лет в ГОУ СОШ №299 при переходе воспитанников детских садов в первый класс администрация, педагоги, психологи организуют работу по вопросу адаптации по следующему плану:

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

1. ФГОС начального общего образования
2. СанПиН
3. Письмо Министерства РФ от 20.04.2001 № 408/13-13 «Рекомендации по организации обучения первоклассников в адаптационный период»

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 снижаются, 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 адаптации.

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

состоянии здоровья ребенка. Так или иначе, плохое поведение – сигнал тревоги, повод внимательнее посмотреть на ученика и вместе с родителями разобраться в причинах трудности адаптации к школе.

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

Система психолого-педагогической работы по сопровождению адаптации первоклассников к школе.

	Работа с документами	Работа с детьми	Работа с педагогами	Работа с родителями
Выпуск из ДОУ	Изучение карт развития.	День открытых дверей.	Посещение занятий в ДОУ	Родительское собрание “Скоро в школу”
I четверть	Изучение медицинских документов, составление справки о состоянии здоровья детей, заполнение «Листов здоровья» в классных журналах. Работа с социальным паспортом класса. Учет посещения занятий и динамики поведения детей.		Консультации в режиме динамического наблюдения. Психолого-педагогическая диагностика по выявлению уровня готовности к школе. Посещение уроков и внеклассных мероприятий администрацией и специалистами Предварительное подведение итогов протекания адаптации в конце четверти (малый педсовет, круглый стол)	Родительское собрание “Хорошо ли вашему ребенку в школе?” Консультации по протеканию адаптации, рекомендации консультаций специалистов. Анкетирование «Мой ребенок в школе и дома»
II	Учет посещения	Занятия по	Консультации в	Консультации по

четверть	занятий динамики поведения детей.	и	программе сопровождения адаптации. Динамическое наблюдение в разных видах деятельности	режиме динамического наблюдения. Предварительное подведение итогов протекания адаптации в конце полугодия	протеканию адаптации, рекомендации консультаций специалистов. Работа по индивидуальным коррекционным программам.
III четверть	Анализ результатов протекания адаптации. Учет посещения занятий и динамики детей.		Коррекционно-развивающие занятия с детьми с тяжелой формой адаптации. Динамическое наблюдение в разных видах деятельности.	Консультации в режиме динамического наблюдения.	Родительское собрание “Адаптация к школе – радости и трудности”. Тест “Адаптировался ли ваш ребенок к школе?” Консультации по протеканию адаптации в тяжелой форме, рекомендации обязательных консультаций детского невролога
IV четверть	Анализ результатов динамики развития. Протоколы диагностики. Оформление представлений на ПМПК.		Диагностика: определение уровня актуального развития у учащихся с тяжелой формой адаптации и не справляющихся с учебной программой для представления на ПМПК	Подготовка представления на ПМПК	Консультации по результатам диагностики и подготовка родителей к обследованию ребенка на ПМПК.

**Приложение №3.
Карта адаптации первоклассника.**

Ф.И. ребёнка _____

Уровень готовности к школе _____

Класс _____ возраст _____

Симптомы нормальной адаптации.	Степень выраженности			
	Сильно	Средне	Слабо	Нет
Физиологическая адаптация.				
1. Трудоспособность				
2. Уравновешенность				
3. Жизнерадостность, оптимистичность				
4. Внимательность, Сосредоточенность.				
5. Хороший аппетит.				
6. Нормальный сон.				
Социально- психологическая адаптация.				
К учебной деятельности.				
1. В школу ходит с желанием.				
2. Заинтересованность продолжительная.				
3. Старательный усердный.				
4. Адекватная реакция на замечания.				
5. Активный на уроке.				
6. Самостоятельно выполняет задания.				
7. Быстро включается в учебный процесс.				
8. Равномерная успешность в учении.				
9. Прогресс в успешности в учении.				
10. Аккуратный.				
К общению с ровесниками, учителями.				
1. Дружелюбный, отзывчивый.				
2. Вступает в контакт с детьми.				
3. Пользуется симпатией детей.				
4. Активный, эмоциональный в игре.				
5. В совместной учебной деятельности стремится к лидерству.				
6. Стремится к общению с учителем.				
7. Вежливый.				
Физиологическая дезадаптация.				
1. Утомляемость.				
2. Тревожность, неуверенность,				

заторможенность.				
3. Импульсивность, неадекватность.				
4. Плаксивость, раздражительность, обидчивость.				
5. Неуважительность, неумение сосредоточиться на чём-либо одном.				
6. Жалобы на головную боль.				
7. Жалобы на тошноту, боль в животе.				
8. Отсутствие аппетита.				
9. Плохой сон.				
10. Заикается, запинается.				
11. Грызёт ногти, очень взволнованный.				
12. Засыпает на уроке.				
Социально-психологическая дезадаптация.				
К учебной деятельности.				
1. Отказывается ходить в школу.				
2. Пассивный, быстро теряет интерес к заданию.				
3. Отказывается выполнять задания.				
4. Нестарательный, равнодушный к неудачам.				
5. Негативно относится к неудачам, плачет.				
6. «Присутствует» на уроке.				
7. Нуждается в помощи и контроле.				
8. Медленно включается в учебный процесс.				
9. Наблюдается падение успеваемости.				
10. Неаккуратный, несобранный, расхлябанный.				
К общению с ровесниками, учителями.				
1. Агрессивный к детям (кричит, угрожает, жалуется учителю)				
2. Ссорится, обзывает детей.				
3. Кусается, царапается.				
4. Отказывается от общения с детьми.				
5. Не принимает участие в игре, стремится к одиночеству.				
6. Требуяет особого внимания к себе.				
7. Избегает общения с учителем.				

8. Кривляется, стремится обратить на себя внимание.				
9. Ни с кем не здоровается.				
10. Создает конфликтные ситуации.				

Приложение №2.

Примерная тематика бесед с родителями о здоровье детей.

1 класс.

1. Каков он здоровый ребёнок? Ведение дневника Здоровья первоклассника. Содружество врача, педагога и семьи в гигиеническом обучении и воспитании учащихся начальных классов.
2. Психологические особенности детей младшего школьного возраста. Трудности адаптации первоклассника.
3. Особенности физического развития младших школьников. Основные отклонения в развитии и состоянии здоровья.
4. Основные принципы режима для младших школьников. Личная гигиена в режиме дня.
5. Гигиена питания.
6. Профилактика уличного травматизма. Безопасный путь в школу.

2 класс.

1. Гигиенические требования к организации учебной работы школьников в домашних условиях.
2. Поощрение и наказание в семье.
3. Состав пищи и рациональное питание младших школьников.
4. От чего зависит работоспособность младших школьников.
5. Об утомляемости младших школьников.
6. Воспитание правильной осанки. Роль корригирующей гимнастики в лечении нарушений осанки.
7. Здоровье наших детей. Полезные советы на каждый день.
8. Досуг наших детей: телевизор, компьютер.

3 класс.

1. Физическое воспитание детей в семье (утренняя гимнастика, игры, прогулки, экскурсии, походы)
2. Предупреждение близорукости у младших школьников.
3. Режим просмотра передач для младших школьников.
4. Здоровые и вредные привычки.
5. Значение эмоций для формирования положительного взаимодействия ребёнка с окружающим миром.
6. Растить детей закалёнными. Правила поведения детей на свежем воздухе, на воде.

4 класс.

1. Роль семьи в предупреждении неврозов у детей.

2. Профилактика бытового и уличного травматизма.
3. Эмоциональное состояние взрослого и ребёнка. Эмоциональное общение.
4. Причины и последствия детской агрессии. Ребёнок становится трудным...
5. Как уберечь ребёнка от насилия.