

Свердловская область  
Горноуральский городской округ  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 4  
622933, Свердловская обл., Пригородный район, с. Лая, ул. Зеленая площадь, 2,  
тел./факс 8(3435)478830, e-mail: ou4laya@mail.ru

Согласовано:  
на педагогическом совете  
МБОУ СОШ № 4  
Протокол № 1  
от « 30 » 08 2023г.

Утверждаю:  
Директор МБОУ СОШ № 4  
Лая О.Н. Толстоусова  
Приказ № 127/1  
от « 30 » 08 2023г.



**Рабочая программа  
по адаптации  
первоклассников к обучению в школе  
«Первый раз – в первый класс»**

**Составитель:** педагог-психолог

**Класс:** 1

**Год составления программы:** 2023

с. Лая

## Пояснительная записка

Первый класс школы — один из наиболее важных и трудных периодов в жизни детей. Поступление малыша в школу приводит к эмоционально-стрессовой ситуации: изменяется привычный стереотип поведения, возрастает психоэмоциональная нагрузка. Школа с первых же дней ставит перед ребенком целый ряд задач, не связанных непосредственно с его предыдущим опытом, но требующих максимальной мобилизации интеллектуальных и физических сил. На ребенка влияет комплекс новых факторов: классный коллектив, личность педагога, изменение режима, непривычно длительное ограничение двигательной активности и, конечно, появление новых, не всегда привлекательных обязанностей. Адаптация ребенка к школе — довольно длительный процесс, связанный со значительным напряжением всех систем организма. Не день, не неделя требуется для того, чтобы ребенок освоился в школе по-настоящему. Организм ребенка приспосабливается к изменениям, новым факторам, мобилизуя систему адаптационных реакций.

Особенно остро дети нуждаются в психолого-педагогическом сопровождении в кризисные моменты жизни. Первый год учебы в школе требует от ребенка мобилизации всех ресурсов и активизирует проблему его сопровождения сквозь «тернии» образовательного процесса.

В литературе по проблеме сопровождения ребенка в период адаптации в качестве ее основного критерия принято рассматривать успешность школьника в учебной деятельности. Однако психолого-педагогическое сопровождение первоклассника не ограничивается помощью в овладении учебными навыками. Ведь ребенок, придя в первый класс, вынужден привыкать к непривычным для себя нагрузкам, прежде всего статическим, к новому социальному окружению, правилам и традициям, которые приняты в данной школе, наконец, к системе оценивания его труда. В связи с этим целесообразно выделить следующие **виды адаптации**: учебную, организационную, психофизиологическую, социально-психологическую.

**Психофизиологическая адаптация** — это приспособление к новым физическим и психологическим нагрузкам, связанным с целым комплексом условий, оказывающих различное влияние на первоклассника. В первую очередь это известная монотонность учебного процесса, удобного рабочего места и т.п.

Необходимо упомянуть и об **организационной адаптации родителей первоклассников**. Они имеют свой опыт школьной жизни и автоматически переносят систему требований, особенности организации учебного процесса из своего детства в сегодняшний день. Школа — достаточно консервативная организация, однако и она подвержена изменениям. Важно, чтобы родители были ознакомлены с теми правилами, по которым функционирует современная школа, осознали их целесообразность и приняли их к исполнению.

Одно из кардинальных отличий школы от детского сада — система оценивания ребенка. Дети привыкли, что их хвалят в детском саду уже за то,

что они «старались». В школе оценивается не процесс, а результат. Многие первоклассники с трудом привыкают к этому. Некоторые приходят в школу с неадекватно завышенной самооценкой и требуют завышения отметки. На этой почве может проявиться конфликтное поведение, вплоть до демонстрации неврологических реакций. В связи с этим в рамках организационной адаптации следует особо выделить **адаптацию ребенка к системе оценивания.**

Традиционно много внимания уделяется вопросам **адаптации ребенка к учебной деятельности.** Сегодня часто можно услышать мнение, что самое важное – это не знания, а умение быстро и при минимуме затрат их добывать. Научиться учиться – сложная задача. Многие дети к концу первого класса так и не овладевают элементарными приемами самоорганизации усвоения знаний, умений и навыков. Педагоги и родители в большинстве случаев ориентируются на получение результата в учебной деятельности: беглого чтения, написания букв и слов и т.д. Первоклассники в борьбе за результат чаще всего интуитивно, стихийно осваивают приемы добывания и закрепления знаний. Не всегда эти приемы эффективны. Успешная адаптация к учебной деятельности предполагает приобретение практических знаний и навыков, позволяющих быстро и качественно, с наименьшими усилиями выполнять учебные задания.

Наконец, нельзя игнорировать **социально-психологический аспект адаптации,** т.е. привыкание ребенка к одноклассникам, учителям и техническому персоналу. Социально-психологическая адаптация - не усвоение групповых норм, но и перестройка системы ценностных ориентаций, самооценки ребенка под влиянием группы. Благополучие социально-психологической адаптации, по мнению большинства ученых, определяется не столько коммуникативным опытом ребенка, его личностными особенностями, сколько взаимоотношениями в системе «учитель-ученик». Неблагоприятное развитие процесса социально-психологической адаптации может привести к изоляции ребенка в коллективе, появление у него демонстративных, бунтарских форм поведения.

Ответ на вопрос, какой аспект адаптации имеет большее значение, достаточно прост - все ее аспекты должны находиться в постоянном взаимодействии, поэтому процесс психолого-педагогического сопровождения требует наличия единой системы инструментов воздействия, обеспечивающих быстроту и успешность адаптации. Какой составляющей уделить наибольшее внимание, определяется конкретной ситуацией и личностью ребенка. **Адаптация первоклассника в школе должна быть комплексной.**

Организационный, социально-психологический психофизиологический, и учебный аспекты должны являться неотъемлемой частью модели процесса адаптации в каждой школе.

**Процесс адаптации к школе идет по двум направлениям:**

**Первое** – психологическая адаптация, или привыкание. Этот процесс проходит неоднородно и неравномерно, его сроки могут существенно

различаться у разных детей, и работа в этом направлении может продолжаться учителем в течение первого учебного года.

**Второе направление** – освоение организационных навыков и умений для учебы в школе. Можно сравнить школу с производством: и ученику, и рабочему в начале трудовой деятельности необходимо пройти инструктаж, изучить, с чем и какими средствами и способами предстоит работать. Для школьника это основные правила поведения на уроке, навыки индивидуальной и коллективной работы, организация обратной связи с учителем и др.

**По времени реализации программа рассчитана** на первые три учебных четверти, причем все компоненты программы реализовываются последовательно, в соответствии с целями и задачами каждого этапа психолого-педагогического сопровождения детей в период их вхождения в школьную жизнь.

Так как программа комплексная, охватывающая разные аспекты адаптации, то она включает в себя несколько видов деятельности как педагога-психолога, так и учителя.

В Рабочую программу по адаптации первоклассников к школе «Первый раз – в первый класс» входят следующие компоненты:

**1. Просветительский**, включающий в себя:

1.1. Консультации для педагогов, обучающихся первоклассников, по темам:

«Психологическая готовность детей к школе», «Характеристика детей младшего школьного возраста», «Школьная дезадаптация и связанные с ней трудности обучения»;

1.2. Индивидуальные беседы с родителями первоклассников на тему: «Особенности развития ребенка до поступления в школу»;

1.3. Выступления на родительских собраниях по темам:

«Ребенок идет в первый класс» (психологическая готовность к этому родителей);

«Результаты адаптации к обучению в школе» (по результатам диагностики адаптации ребенка к обучению в школе);

**2. Диагностический**, включающий в себя:

2.1. Посещение уроков: наблюдение за поведением детей на уроках.

2.2. Проведение диагностического среза уровня адаптации первоклассников;

2.3. Заполнение родителями анкеты по выявлению уровня адаптации ребенка к школе;

**3. Развивающий**, включающий в себя:

3.1. Проведение цикла занятий с детьми, показавшими низкий уровень адаптации к обучению в школе «Введение в школьную жизнь».

**4. Контролирующий**, включающий в себя:

4.1. Итоговую диагностику.

**5. Планирующий**, включающий в себя:

5.1. Педагогический консилиум по проблеме дальнейшей помощи детям, у которых наблюдаются признаки дезадаптации даже по окончании действия данной программы.

Данная программа помогает обеспечить эффективное поступательное развитие ребенка, его успешный переход на следующую ступень образования.

**Нормативно-правовой и документальной основой Программы являются:**

- Конвенция о правах ребенка, принята резолюцией Генеральной Ассамблеи ООН 20.11.1989 № 44/25;
- Конституция Российской Федерации;
- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями, вступившими в силу с 17.02.2023г.);
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021г. № 286;
- Федеральный закон от 24 июля 1998 г. №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции Федерального закона от 28.04.2023г. № 178-ФЗ);
- Федеральный закон от 24 ноября 1995 г. № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации» (в редакции Федерального закона от 28.12.2022г. № 569-ФЗ);
- СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (постановление главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 № 189);
- Постановление Главного государственного врача РФ от 30 июня 2020 г. № 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)» (с изменениями от 20.06.2022г.);
- Постановление Главного государственного врача РФ от 28.09.2020г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

#### **Характеристика участников программы.**

Участники программы – первоклассники МБОУ СОШ № 4, возраст – от 6,6 до 8 лет. Все дети проживают в сельской местности, имеют примерно одинаковый уровень владения русским языком. Наполняемость класса – нормативная.

#### **Цель программы:**

Создание социально-психологических условий для успешной адаптации первоклассников в ситуации школьного обучения.

#### **Задачи:**

1. Развивать у детей когнитивные умения и способности, необходимые для успешного обучения в начальной школе. Комплекс этих умений и навыков входит в понятие психологической готовности к школе.

2. Развивать у детей социальные и коммуникативные умения и навыки, необходимые для установления межличностных отношений со сверстниками и соответствующих ролевых отношений с педагогами.

3. Формировать устойчивую учебную мотивацию на фоне позитивной «Я-концепции» детей, устойчивую самооценку и низкий уровень школьной тревожности.

Эти задачи должны рассматриваться в совокупности, как единый комплекс, так как только целостное воздействие на личность ребенка может привести к устойчивому позитивному изменению или формированию устойчивых позитивных феноменов. Кроме того, их реализация возможна при тщательном продумывании содержания и организации просветительской и развивающей деятельности.

### **План мероприятий, посредством которых реализуется программа**

№	Сроки	Компонент программы. Вид работ	Содержание	Участники
1.	В течение 1 четверти (1 раз в 2 недели)	Диагностический. Наблюдение	Посещение уроков: наблюдение за поведением детей на уроках	Педагог-психолог, обучающиеся 1 класса, классный руководитель 1 класса
2.	Конец августа-первые числа сентября	Просветительский. Консультирование	Индивидуальные беседы с родителями первоклассников на тему: «Особенности развития ребенка до поступления в школу» (Приложение 5)	Педагог-психолог, родители первоклассников
3.	Начало сентября	Просветительский. Консультирование	Консультации для педагогов, обучающихся первоклассников, по темам: «Психологическая готовность детей к школе»	Педагог-психолог, учитель 1 класса
4.	Середина сентября	Просветительский. Консультирование	Выступление на родительском собрании по теме: «Ребенок идет в первый класс» (психологическая готовность к этому родителей) (Приложение 3)	Педагог-психолог, родители первоклассников
5.	Середина	Просветительский.	Консультации для	Педагог-психолог,

	октября	Консультирование	педагогов, обучающихся первоклассников, по теме: «Особенности психического развития детей младшего школьного возраста» (Приложение 1)	классный руководитель 1 класса
6.	Середина октября	Диагностический. Диагностика адаптированности	Диагностический срез уровня адаптированности первоклассников к обучению в 1 классе	Педагог-психолог, классный руководитель 1 класса, первоклассники.
7.	Середина октября	Диагностический. Диагностика адаптированности	Заполнение родителями анкеты по выявлению уровня адаптации ребенка к школе (Приложение 6)	Педагог-психолог, родители первоклассников
8.	Конец октября	Просветительский. Консультирование	Консультации для педагогов, обучающихся первоклассников, по теме: «Школьная дезадаптация и связанные с ней трудности обучения» (по результатам диагностического среза) (Приложение 2)	Педагог-психолог, классный руководитель 1 класса
9.	Конец октября	Просветительский. Консультирование	Выступление на родительском собрании по теме: «Результаты адаптации к обучению в школе» (по результатам диагностики адаптированности ребенка к обучению в школе)	Педагог-психолог, родители первоклассников
10.	Середина ноября – конец декабря	Развивающий. Развивающие занятия	Проведение цикла занятий с детьми, показавшими низкий уровень адаптации к обучению в школе «Введение в школьную жизнь» (Приложение 7)	Педагог-психолог, первоклассники
11.	Апрель	Контролирующий. Итоговая диагностика	Проведение повторной диагностики для отслеживания результатов	Педагог-психолог, классные руководители, администрация

**Планируемый результат:** благоприятное течение адаптации первоклассников к обучению в школе, отсутствие у детей признаков дезадаптации.

Основные показатели благоприятной адаптации ребенка:

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

Характер протекания адаптации во многом зависит от здоровья ребёнка. Здоровые дети, как правило, без особого труда переносят изменение привычного образа жизни. В течение всего учебного года они сохраняют хорошее самочувствие, высокую, устойчивую работоспособность, успешно усваивают программу.

Таким образом, адаптация к школе – сложный и длительный процесс, очень напряжённый и ответственный. Успешность адаптации зависит от многих факторов: уровня психологического, физического и функционального развития, состояния здоровья.

### Тематический план занятий

№	Тема занятия	Количество часов	Содержание
1.	Знакомство	1	<b>Цель:</b> помочь детям войти в контакт друг с другом и с взрослыми, осознать себя как личность. 1.Ритуал приветствия (поздороваться ручками, носиком, ножками) 2. Игра «Атомы и молекулы» 3. Рисование 4.Игра «Передай тепло цветка друга» 5.Ритуал прощания 6.Рефлексия
2.	Я и мое имя	1	<b>Цель:</b> способствовать установлению контакта между детьми, помочь детям осознать свои положительные черты характера. 1.Ритуал приветствия (поздороваться мизинчиками, ладошками) 2. Игра «Волшебный стул» 3. Рисование 4. Упражнение на релаксацию 5.Ритуал прощания 6.Рефлексия
3.	Я и моя семья	1	<b>Цель:</b> знакомство с членами семьи, общими интересами, традициями. 1.Ритуал приветствия 2. Упражнение «Рисунок семьи» 3. Игра «Поменяйтесь местами те, у кого...» 4. Методика Рене Жиля



			5.Ритуал прощания 6.Рефлексия
4.	Урок и перемена	1	<b>Цель:</b> познакомить детей с правилами поведения на уроке и перемене, упражняться в их применении. Выявить школьную мотивацию. 1.Ритуал приветствия 2. Беседа на тему «Что такое урок?» 3.Игра на внимание 4.Беседа «Что можно сделать за перемену?» 5. Подвижная игра (на выбор) 6. Рисование на тему «Что мне нравится в школе?» 7.Ритуал прощания 8.Рефлексия
5.	Экскурсия по школе	1	<b>Цель:</b> научить детей ориентироваться в помещении школы, познакомить с сотрудниками.
6.	Ученье свет – а неученье тьма	1	<b>Цель:</b> укрепить желание учиться, получать знания, показать, что знания необходимы. 1.ритуал приветствия 2.Игра «Отгадай профессию» 3.Беседа 4.Игра «Алфавит» 5.Игра «Чего не стало» 6.Решение задач на сообразительность 7.Ритуал прощания 8.Рефлексия
7.	Когда всем весело, а одному грустно	1	<b>Цель:</b> учить детей сопереживать друг другу, воспитывать дружелюбие, умение различать и понимать эмоциональные состояния. 1.Ритуал приветствия 2. Упражнение «Настроение» 3. Рисование 4.Ритуал прощания 5.Рефлексия
8.	Волшебные слова	1	<b>Цель:</b> воспитывать культуру поведения, вызвать желание соблюдать правила поведения, использовать в речи «волшебные» слова: здравствуйте, спасибо, до свидания, пожалуйста, и т. д. 1.Ритуал приветствия 2. Беседа 3. Драматизация сказки «Заяц и еж» 4. Беседа 5. Игра с мячом «Вежливые слова» 6.Ритуал прощания 7.Рефлексия

### Материально-техническое обеспечение

	№	Наименование имущества	Кол - во
ТСО	1	Компьютер специалиста, лицензионное программное обеспечение (инвентарный номер 410134000041)	1 шт.
	2	Акустическая система для аудитории	1 шт.
	3	Многофункциональное устройство (инвентарный номер 4101134000052)	1 шт.

	4	Документ-камера (инвентарный номер 410134000126)	1 шт.
	5	Универсальная интерактивная система (инвентарный номер 410134000117)	1 шт.
	6	Сетевой фильтр	1 шт.
	7	Система аудиозаписи	1 шт.
Предметы мебели	1	Шкаф с открытыми и закрытыми витринами	2 шт.
	2	Стул детский	4 шт.
	3	Стол письменный	1 шт.
	4	Стол детский	2 шт.
	5	Ящик для картотеки	1 шт.
	6	Кресло для учителя	1 шт.
	7	Стенд «Уголок психолога»	1 шт.
	8	Кресло-мешок	1 шт.
Материалы	1	<p>Набор игрушек и настольных игр:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- пособие «Логическое геометрическое»;</li> <li>«Третий лишний»;</li> <li>«Куча мала»;</li> <li>«Привет, компьютер»;</li> <li>«Вопрос ребром»;</li> <li>«Посмотрите сверху вниз»;</li> <li>«Левое и правое»;</li> <li>- логические блоки Дьенеша;</li> <li>- соты Кайе;</li> <li>- кубики «Сложи узор»;</li> <li>- кубики УНИКУБ (с методическим руководством);</li> <li>- мягкая игрушка на руку;</li> <li>- игра лабиринт «Серпантин»;</li> <li>- стол для рисования песком с отсеком и крышкой;</li> <li>- игровой материал «Давайте вместе поиграем»;</li> <li>- альбом заданий №2 блоки Дьенеша для старших;</li> <li>- викторина «Игры разума»;</li> <li>- словесная игра «Крокодильчик»;</li> <li>- словесная игра «Крокодил»;</li> <li>- настольная игра «Ассоциации»;</li> <li>- логическое домино «Ассоциации»;</li> <li>- настольная игра «Экономическая»;</li> <li>- викторина «Юный эрудит»;</li> <li>- детская образовательная игра «В мире истории»;</li> <li>- игра «Дубль: найти пару»;</li> <li>- пазлы;</li> <li>- шашки.</li> </ul>	<p>2 шт.</p> <p>2 шт.</p> <p>1 шт.</p> <p>1 шт.</p> <p>2 шт.</p> <p>2 шт.</p> <p>2 шт.</p> <p>1 шт.</p> <p>1 шт.</p> <p>2 шт.</p> <p>2 шт.</p> <p>11 шт.</p> <p>2 шт.</p> <p>2 шт.</p> <p>2 шт.</p> <p>2 шт.</p> <p>1 шт.</p> <p>1 шт.</p> <p>1 шт.</p> <p>1 шт.</p> <p>1 шт.</p> <p>1 шт.</p> <p>1 шт.</p> <p>1 шт.</p> <p>2 шт.</p> <p>6 шт.</p> <p>2 шт.</p>

2	Набор материалов для детского творчества: - комплект по ИЗО для практических работ в начальной школе; - краски пальчиковые, набор 4 цвета с Алоэ Вера; - набор Гуашь 12 цветов; - акварель Гамма, 12 цветов в пластиковой коробке с кистью; - набор кистей Пони 5 штук (круглые, деревянная ручка); - пластилин Смешарики 12 цветов; - песок для рисования (натуральный, 1 кг); - пластилин песочный кинетический (10 формочек, песочница, цвет зеленый); - пластилин песочный кинетический (10 формочек, песочница, цвет голубой).	4 шт. 4 шт. 4 шт. 4 шт. 4 шт. 4 шт. 10 шт. 1 шт. 2 шт.
3	Комплект аудио-, видеозаписей: - CD для релаксации Музыка природы - CD для релаксации Музыка восстановления - CD для релаксации В гармонии с природой - комплект аудиовизуальных психокоррекционных программ (АВПК-программ) «САНАТА»	1 шт.
4	Набор психолога Приоритет (инвентарный номер 410136000236)	1 шт.
5	Игровой набор «Дары Фребеля» (14 комплектов)	1 шт.

### Список литературы

1. Битянова М.Р. Работа психолога в начальной школе. - М., 2021
2. Битянова М.Р. Организация психологической работы в школе. - М., 2019
3. Диагностика школьной дезадаптации: Науч.-метод. пос. для учителей начальных классов и школьных психологов / Под ред. С.А. Беличевой. М., 2022
4. Корнеева Е.Н. Ох уж эти первоклашки! - Ярославль, 2020
5. Овчарова Р.В. Справочная книга школьного психолога. - М., 2021
6. Психолого - педагогические проблемы становления личности и индивидуальности в детском возрасте / Под. ред. В.В. Давыдова, И.В. Дубровиной. М., 2019
7. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании. - М., 2020
8. Справочная книга школьного психолога. М., 2020
9. Школьный психолог. №18. Метод в теории и на практике. Р. Рахманкулова. Программа работы по профилактике и коррекции дезадаптации у первоклассников, 2019

**Консультация для педагогов**  
**«ОСОБЕННОСТИ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ**  
**МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА»**

Поступление в школу знаменует собой начало нового возрастного периода в жизни ребенка — начало младшего школьного возраста, ведущей деятельностью которого становится учебная деятельность. Л.С. Выготский отмечал интенсивное развитие **интеллекта** в младшем школьном возрасте. Развитие мышления приводит, в свою очередь, к качественной перестройке восприятия и памяти, превращению их в регулируемые, произвольные процессы.

Ребенок 7–8 лет обычно мыслит конкретными категориями. Затем происходит переход к стадии формальных операций, которая связана с определенным уровнем развития способности к обобщению и абстрагированию.

К моменту перехода в среднее звено школьники должны научиться самостоятельно рассуждать, делать выводы, сопоставлять, анализировать, находить частное и общее, устанавливать простые закономерности.

Если учащиеся 1–2-го класса выделяют прежде всего внешние признаки, характеризующие действие объекта (что он делает) или его назначение (для чего он), то к 3–4-му классу школьники уже начинают опираться на знания, представления, сложившиеся в процессе обучения.

Младший школьник в своем развитии идет от анализа отдельного предмета, явления к анализу связей и отношений между предметами и явлениями. Последнее есть необходимая предпосылка понимания школьником явлений окружающей жизни.

Особые трудности возникают у учащихся в понимании причинно-следственных связей. Младшему школьнику легче устанавливать связь от причины к следствию, чем от следствия к причине. Это и понятно: от причины к следствию устанавливается прямая связь, рассмотрение же фактов в обратном порядке предполагает анализ самых разных причин, что ребенку зачастую еще не под силу.

Развитие **теоретического мышления**, т.е. мышления в понятиях, способствует возникновению к концу младшего школьного возраста рефлексии (исследование природы самих понятий), которая преобразует познавательную деятельность и характер отношений к другим людям и к самому себе.

Под влиянием обучения **память** развивается в двух направлениях:

— усиливается роль и удельный вес словесно-логического, смыслового запоминания (по сравнению с наглядно-образным);

— ребенок овладевает возможностью сознательно управлять своей памятью и регулировать ее проявления (запоминание, воспроизведение, припоминание).

В связи с относительным преобладанием первой сигнальной системы у младших школьников более развита наглядно-образная память. Дети лучше сохраняют в памяти конкретные сведения: события, лица, предметы, факты, чем определения и объяснения. Они склонны к запоминанию путем механического повторения, без осознания смысловых связей. Они часто заучивают текст дословно!

Это объясняется тем, что младший школьник не умеет дифференцировать задачи запоминания (что надо запомнить дословно, а что в общих чертах, — этому надо учить). Он еще плохо владеет речью, ему легче заучить все, чем воспроизводить текст своими словами. Дети еще не умеют организовывать смысловое запоминание: разбивать материал на смысловые группы, выделять опорные пункты для запоминания, составлять логический план текста.

К переходу в среднее звено у учащегося должна сформироваться способность к запоминанию и воспроизведению смысла, существа материала, доказательства, аргументации, логических схем рассуждений.

Очень важно научить школьника правильно ставить цели для запоминания материала. Именно от мотивации зависит продуктивность запоминания. Если ученик запоминает материал с определенной установкой, то этот материал запоминается быстрее, помнится дольше, воспроизводится точнее.

У мальчиков и девочек младшего школьного возраста есть некоторые различия в запоминании. Девочки умеют заставить себя, настроиться на запоминание, их произвольная механическая память лучше, чем у мальчиков. Мальчики оказываются более успешными в овладении способами запоминания, поэтому в ряде случаев их опосредованная память оказывается более эффективной, чем у девочек.

В процессе обучения **восприятие** становится более анализирующим, более дифференцированным, принимает характер организованного наблюдения; изменяется роль слова в восприятии. У первоклассников слово по преимуществу несет назывную функцию, т.е. является словесным обозначением после узнавания предмета; у учащихся более старших классов слово-название является скорее самым общим обозначением объекта, предшествующим более глубокому его анализу.

В развитии восприятия велика роль учителя, который специально организует деятельность учащихся по восприятию тех или иных объектов, учит выявлять существенные признаки, свойства предметов и явлений. Одним из эффективных методов развития восприятия является сравнение. Восприятие при этом становится более глубоким, количество ошибок уменьшается.

Возможности волевого регулирования **внимания** в младшем школьном возрасте ограничены. Если старший школьник может заставить себя сосредоточиться на неинтересной, трудной работе ради результата, который ожидается в будущем, то младший школьник обычно может заставить себя

упорно работать лишь при наличии «близкой» мотивации (похвалы, положительной отметки).

В младшем школьном возрасте внимание становится концентрированным и устойчивым тогда, когда учебный материал отличается наглядностью, яркостью, вызывает у школьника эмоциональное отношение.

Изменяется содержание **внутренней позиции** детей. Она в переходный период в большей степени определяется взаимоотношениями с другими людьми, прежде всего со сверстниками. В этом возрасте появляются притязания детей на определенное положение в системе деловых и личностных взаимоотношений класса, формируется достаточно устойчивый статус ученика в этой системе.

На эмоциональное состояние ребенка все в большей степени начинает влиять то, как складываются его отношения с товарищами, а не только успехи в учебе и отношения с учителями.

Существенные изменения происходят в нормах, которыми регулируются отношения школьников друг другу. Если в младшем школьном возрасте эти отношения регламентируются в основном нормами «взрослой» морали, т.е. успешностью в учебе, выполнением требований взрослых, то к 9–10 годам на первый план выступают так называемые «стихийные детские нормы», связанные с качествами настоящего товарища. При правильном развитии школьников две системы требований — к позиции ученика и позиции субъекта общения, т.е. товарища, — не должны противопоставляться. Они должны выступать в единстве, в противном случае вероятность появления конфликтов и с учителями, и со сверстниками достаточно велика.

В начале обучения самооценка школьника формируется учителем на основе результатов учебы. К окончанию начальной школы все привычные ситуации подвергаются корректировке и переоценке другими детьми. При этом во внимание принимаются не учебные характеристики, а качества, проявляющиеся в общении. От 3-го к 4-му классу резко возрастает количество негативных самооценок.

Недовольство собой у детей этого возраста распространяется не только на общение с одноклассниками, но и на учебную деятельность. Обострение критического отношения к себе актуализирует у младших школьников потребность в общей положительной оценке своей личности другими людьми, прежде всего взрослыми.

**Характер** младшего школьника имеет следующие особенности: импульсивность, склонность незамедлительно действовать, не подумав, не взвесив всех обстоятельств (причина — возрастная слабость волевой регуляции поведения); общая недостаточность воли — школьник 7–8 лет еще не умеет длительно преследовать намеченную цель, упорно преодолевать трудности.

Капризность и упрямство объясняются недостатками семейного воспитания: ребенок привык, чтобы все его желания и требования удовлетворялись. Капризность и упрямство — своеобразная форма протеста

ребенка против тех требований, которые ему предъявляет школа, против необходимости жертвовать тем, чего «хочется», во имя того, что «надо».

К окончанию начальной школы у ребенка формируются: трудолюбие, прилежание, дисциплинированность, аккуратность. Постепенно развиваются способность к волевой регуляции своего поведения, умение сдерживаться и контролировать свои поступки, не поддаваться непосредственным импульсам, растет настойчивость. Ученики 3–4-х классов способны в результате борьбы мотивов отдавать предпочтение мотиву долженствования. К окончанию начальной школы изменяется **отношение к учебной деятельности**. Сначала у первоклассника формируется интерес к самому процессу учебной деятельности (первоклассники могут увлеченно и старательно делать то, что им в жизни никогда не пригодится, например, срисовывать японские иероглифы)

Затем формируется интерес к *результату* своего труда: мальчик на улице впервые самостоятельно прочитал вывеску, был очень рад.

После возникновения интереса к результатам учебного труда у первоклассников формируется интерес к *содержанию* учебной деятельности, потребность приобретать знания.

Формирование интереса к содержанию учебной деятельности, приобретению знаний связано с переживанием школьниками чувства удовлетворения от своих достижений. А стимулирует это чувство одобрение учителя, взрослого, подчеркивание даже самого небольшого успеха, продвижения вперед.

В целом за время обучения ребенка в начальном звене школы у него должны сформироваться следующие качества: произвольность, рефлексия, мышление в понятиях; он должен успешно освоить программу; у него должны быть сформированы основные компоненты деятельности; кроме этого должен появиться качественно новый, более «взрослый» тип взаимоотношений с учителями и одноклассниками.

## Консультация для педагогов

### «ШКОЛЬНАЯ ДЕЗАДАПТАЦИЯ И СВЯЗАННЫЕ С НЕЙ ТРУДНОСТИ ОБУЧЕНИЯ У УЧАЩИХСЯ ПЕРВЫХ КЛАССОВ»

Адаптация ребенка к школе — довольно длительный процесс, связанный со значительным напряжением всех систем организма. Не день, не неделя требуется для того, чтобы малыш освоился в школе по-настоящему. Организм ребенка приспосабливается к изменениям, новым факторам, мобилизуя систему адаптационных реакций. Выделяют три фазы адаптации:

1) генерализованная реакция, когда в ответ на новое воздействие практически все системы организма ребенка отвечают бурной реакцией и значительным напряжением. Эта «физиологическая буря» длится две-три недели;

2) неустойчивое приспособление, когда организм ищет и находит какие-то оптимальные (или близкие к оптимальным) варианты реакций на непривычное воздействие;

3) относительно устойчивое приспособление, когда организм находит наиболее подходящие, адекватные новые нагрузки, варианты реагирования, то есть собственно адаптация. Наблюдения показывают, что относительно устойчивое приспособление к школе происходит на 5–6-й неделе обучения.

Адаптация к школе далеко не у всех детей протекает безболезненно. У некоторых она не наступает совсем, и тогда приходится говорить о социально-психологической дезадаптации, которая ведет к серьезным последствиям (вплоть до невозможности получить полноценное образование и найти свое место в жизни).

Какие же причины лежат в основе школьной дезадаптации?

Одной из главных причин многие исследователи называют несоответствие функциональных возможностей детей требованиям, предъявляемым существующей системой обучения, иначе говоря, отсутствие «школьной зрелости».

В числе других причин можно назвать недостаточный уровень интеллектуального развития ребенка, его социальную незрелость, неумение общаться с окружающими, неудовлетворительное состояние здоровья.

Все это — комплекс внутренних причин, так называемые «проблемы ребенка».

Однако существуют и внешние причины школьной дезадаптации — «проблемы учителя»: несоответствующие возможностям ребенка содержание обучения и методика преподавания, сама личность учителя, стиль его отношений с детьми и родителями и т.п. Чаще всего эти факторы существуют взаимосвязанно, вытекают один из другого, а в целом приводят к вполне определенным трудностям обучения.

Все многообразие школьных трудностей можно условно разделить на два типа (М.М. Безруких):



— специфические, имеющие в основе те или иные нарушения моторики, зрительно-моторной координации, зрительного и пространственного восприятия, речевого развития и т.п.;

— неспецифические, вызванные общей ослабленностью организма, низкой и неустойчивой работоспособностью, повышенной утомляемостью, низким индивидуальным темпом деятельности.

В результате социально-психологической дезадаптации можно ожидать у ребенка проявления всего комплекса неспецифических трудностей, связанных прежде всего с нарушениями в деятельности. На уроке такой ученик отличается неорганизованностью, повышенной отвлекаемостью, пассивностью, замедленным темпом деятельности. Он не способен понять задание, осмыслить его целиком и работать сосредоточенно, без отвлечений и дополнительных напоминаний, он не умеет работать обдуманно, по плану. Письмо такого ученика выделяется неустойчивым почерком. Неровные штрихи, различная высота и протяженность графических элементов, большие, растянутые, разнонаклонные буквы, тремор — вот его характерные черты. Ошибки выражаются в недописывании букв, слогов, случайных заменах и пропусках букв, неиспользовании правил.

Вызваны они несоответствием темпов деятельности ребенка и всего класса, отсутствием концентрации внимания. Эти же причины определяют и характерные трудности чтения: пропуски слов, букв (невнимательное чтение), угадывание, возвратные движения глаз («спотыкающийся» ритм), быстрый темп чтения, но плохое восприятие прочитанного (механическое чтение), медленный темп чтения.

При обучении математике трудности выражаются в неустойчивом почерке (цифры неровные, растянутые), фрагментарном восприятии задания, трудностях переключения с одной операции на другую, трудностях переноса вербальной инструкции в конкретное действие.

Главная роль в создании благоприятного психологического климата в классе, несомненно, принадлежит учителю. Ему необходимо постоянно работать над повышением уровня учебной мотивации, создавая ребенку ситуации успеха на уроке, во время перемены, во внешкольной деятельности, в общении с одноклассниками.

Совместные усилия учителей, педагогов, родителей, врачей и школьного психолога способны снизить риск возникновения у ребенка школьной дезадаптации и трудностей обучения.

## ВЫСТУПЛЕНИЕ НА ПЕРВОМ РОДИТЕЛЬСКОМ СОБРАНИИ «РЕБЕНОК ИДЕТ В ПЕРВЫЙ КЛАСС»

Психологическая поддержка во время школьного обучения — проблема важная и большая. Мы много говорим о психологической готовности ребенка к школе, отодвигая или считая само собой разумеющимся фактор готовности родителей к новому, школьному этапу жизни их ребенка.

Главная забота родителей — поддержание и развитие стремления учиться, узнавать новое. Например, вы встречаете ребенка после окончания уроков вопросом: «Что было интересного в школе?» «Ничего интересного», — отвечает. «Так не бывает. Ты же узнал что-то новое, чему-то удивился, что-то тебя поразило». Ребенок напрягается, вспоминает, что же интересного было, и, может быть, не сразу, но вспомнит какой-то эпизод урока или прочитанное в учебнике, а может быть, опишет забавную сценку, случившуюся на перемене.

Ваше участие и ваш интерес положительно скажутся на развитии познавательных способностей ребенка. И эти способности вы также сможете ненавязчиво направлять и укреплять в дальнейшем.

Сдерживайтесь и не ругайте школу и учителей в присутствии ребенка. Нивелировка их роли не позволит ему испытать радость познания.

Не сравнивайте ребенка с одноклассниками, как бы они ни были вам симпатичны или наоборот. Вы любите ребенка таким, какой он есть, и принимаете таким, какой он есть, поэтому уважайте его индивидуальность.

Будьте последовательны в своих требованиях. Если стремитесь, например, чтобы ребенок рос самостоятельным, не спешите предлагать ему помощь, дайте ему почувствовать себя повзрослевшим.

С пониманием относитесь к тому, что у вашего малыша что-то не будет получаться сразу, даже если это кажется вам элементарным. Запаситесь терпением. Помните, что высказывания типа: «Ну сколько раз тебе нужно повторять? Когда же ты, наконец, научишься? Что же ты такая неумеха?» — кроме раздражения с обеих сторон, ничего не вызовут.

Одна мама сравнила первый год обучения ребенка в школе с первым годом после его рождения: огромная ответственность за него, необходимость много времени проводить рядом, океан выдержки и терпения. Это действительно серьезное испытание для родителей – испытание их жизненной стойкости, доброты, чуткости. Хорошо, если ребенок в трудный первый год учебы будет ощущать поддержку. Ваша вера в успех, спокойное, ровное отношение помогут ребенку справиться со всеми трудностями. Психологически родители должны быть готовы не только к трудностям, неудачам, но и к успехам ребенка.

Часто бывает, что, хваля ребенка, мы словно боимся, что он зазнается или разленится, и добавляем ложку дегтя в бочку меда: «А что Антон получил? Пятерку? Вот молодец! Он, по-моему, еще не получил ни одной четверки!» (подспудно: а у тебя, мол, и четверки бывают...) Вместо этих высказываний значительно лучше было бы просто порадоваться успеху,

ожидаемому и закономерному, ведь этому предшествовал труд. И дальше будет так же, нужно лишь постараться.

Очень важно, чтобы родители соизмеряли свои ожидания относительно будущих успехов ребенка с его возможностями. Это определяет развитие способности ребенка самостоятельно рассчитывать свои силы, планируя какую-либо деятельность.

Итак, ваша поддержка, вера в ребенка, в его успех помогут ему преодолеть все препятствия.

## ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

В 6–7 лет формируются мозговые механизмы, позволяющие ребенку быть успешным в обучении. Медики считают, что в это время ребенку очень трудно с самим собой. И тысячу раз были правы наши прабабушки, которые отправляли своих отпрысков в гимназии только в 9 лет, когда нервная система уже сформировалась.

Однако серьезных срывов и болезней можно избежать и сегодня, если соблюдать самые простые правила.

### Правило 1.

Никогда не отправляйте ребенка одновременно в первый класс и какую-то секцию или кружок. Само начало школьной жизни считается тяжелым стрессом для 6–7-летних детей. Если малыш не будет иметь возможности гулять, отдыхать, делать уроки без спешки, у него могут возникнуть проблемы со здоровьем, может начаться невроз. Поэтому начните водить ребенка на дополнительные занятия за год до начала учебы или со второго класса.

### Правило 2.

Помните, что ребенок может концентрировать внимание не более 10–15 минут. Поэтому, когда вы будете делать с ним уроки, через каждые 10–15 минут необходимо прерываться и обязательно давать малышу физическую разрядку. Можете просто попросить его попрыгать на месте 10 раз, побегать или потанцевать под музыку несколько минут. Начинать выполнение домашних заданий лучше с письма. Общая длительность занятий не должна превышать одного часа.

### Правило 3.

Компьютер, телевизор и любые занятия, требующие большой зрительной нагрузки, должны продолжаться не более часа в день — так считают врачи-офтальмологи и невропатологи во всех странах мира.

### Правило 4.

Больше всего на свете в течение первого года учебы ваш малыш нуждается в поддержке. Он не только формирует свои отношения с одноклассниками и учителями, но и впервые понимает, что с ним самим кто-то хочет дружить, а кто-то — нет. Именно в это время у малыша складывается свой собственный взгляд на себя. И если вы хотите, чтобы из него вырос спокойный и уверенный в себе человек, обязательно хвалите его. Поддерживайте, не ругайте за двойки и грязь в тетради. Все это мелочи по сравнению с тем, что от бесконечных упреков и наказаний ваш ребенок потеряет веру в себя.

### Несколько коротких правил

— Показывайте ребенку, что его любят таким, каков он есть, а не его достижения.

— Нельзя никогда (даже в сердцах) говорить ребенку, что он хуже других.

— Следует по возможности честно и терпеливо отвечать на любые вопросы ребенка.

— Старайтесь каждый день находить время, чтобы побыть наедине со своим ребенком.

— Учите ребенка свободно и непринужденно общаться не только со своими сверстниками, но и со взрослыми.

— Не стесняйтесь подчеркивать, что вы им гордитесь.

— Будьте честны в оценках своих чувств к ребенку.

— Всегда говорите ребенку правду, даже когда вам это невыгодно.

— Оценивайте только поступки, а не самого ребенка.

— Признавайте права ребенка на ошибки.

— Думайте о детском банке счастливых воспоминаний.

— Ребенок относится к себе так, как относятся к нему взрослые.

— И вообще, хоть иногда ставьте себя на место своего ребенка, и тогда будет понятнее, как вести себя с ним.

**ИНДИВИДУАЛЬНАЯ БЕСЕДА С РОДИТЕЛЯМИ О  
РАЗВИТИИ РЕБЕНКА ДО ПОСТУПЛЕНИЯ В ШКОЛУ  
(конец августа – первые числа сентября)**

*Схема истории развития ребенка*

1. Анкетные данные ребенка и основные сведения о семье.

Дата рождения. Полный охват семьи с указанием возраста родителей, остальных членов семьи, характера работы родителей. Изменения состава семьи. Условия жизни в семье.

2. Особенности перинатального развития.

Наличие фактора риска в состоянии здоровья матери и ребенка.

3. Состояние здоровья ребенка.

Наличие травм и операций, частых заболеваний. Случаи госпитализации и постановки на учет у специалистов.

4. Воспитание ребенка.

Где, кем воспитывался, кто ухаживал за ребенком, когда ребенок был определен в детский сад, как привыкал, как складывались отношения, были ли жалобы воспитателей? Были ли резкие перемены в обстановке, длительные, частые разлуки с родителями? Реакция на них ребенка.

5. Развитие ребенка в младенчестве и раннем детстве.

Особенности развития моторики, сроки основных сенсомоторных реакций (когда начал ползать, сидеть, ходить). Общий эмоциональный фон. Развитие речи. Отношение к близким и чужим. Активность и любознательность. Опрятность и навыки самообслуживания. Трудности поведения. Любимые игры и занятия.

6. Развитие ребенка в дошкольном детстве.

Любимые игры, занятия. Любит ли рисовать, с какого возраста. Любит ли слушать сказки, заучивать стихи, смотреть телевизор. Умеет ли читать. Как научился, когда. Как развит физически. Какая рука ведущая. Имеет ли домашние обязанности. Каковы отношения со сверстниками, с членами семьи. Типичные конфликты. Актуальные запреты. Особенности характера. Страхи. Трудности. Жалобы.

**АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ  
ПО ВЫЯВЛЕНИЮ УРОВНЯ  
АДАПТАЦИИ РЕБЕНКА К ШКОЛЕ**

1. Охотно ли ваш ребенок идет в школу?
2. Вполне ли он приспособлен к новому режиму, принимает ли как должное новый распорядок?
3. Переживает ли свои учебные успехи и неудачи?
4. Делится ли с вами своими школьными впечатлениями?
5. Каков преобладающий эмоциональный характер впечатлений?
6. Как преодолевает трудности при выполнении домашней работы?
7. Часто ли ребенок жалуется на товарищей по классу?
8. Справляется ли с учебной нагрузкой? (Степень напряжения.)
9. Как по сравнению с прошлым годом изменилось его поведение?
  10. Жалуется ли на беспричинные боли, и если да, то - как часто?
  11. Когда ложится спать? Сколько часов в сутки спит? Изменился ли (если да, то как) по сравнению с прошлым годом характер сна?

Источник: К.Н.Поливанова, Г.А.Цукерман. Авторская программа «Введение в школьную жизнь», Москва, Просвещение, 2018 г.

## Цикл развивающих занятий для первоклассников

### «ВВЕДЕНИЕ В ШКОЛЬНУЮ ЖИЗНЬ»

#### *Занятие 1*

##### *«Знакомство»*

**Цель:** помочь детям войти в контакт друг с другом и с взрослыми, осознать себя как личность.

#### **ХОД ЗАНЯТИЯ**

##### *Разминка*

Психолог представляется, рассказывает о себе.

Предлагает детям представиться, назвать свои имя и фамилию, затем встать по кругу и назвать свое имя с улыбкой, можно с прикосновением руки, глядя в глаза стоящему справа соседу.

Ставится стул в середину круга, один ребенок садится на стул, остальные по очереди говорят ему свой вариант ласкового имени. Когда все участники по одному разу назовут имя сидящего на стуле, он встает, благодарит за приятные слова кивком головы и словом «спасибо» выбирает и называет наиболее понравившееся.

##### *Игра «Атомы и молекулы»*

**Психолог.** Мы все — отдельные атомы, атомы бродят по одному, им скучно, и им захотелось собраться, соединиться в молекулы по два (затем по три, по пять и т.д., в конце — по количеству детей). Вот какая большая группа собралась, и всем атомам сразу стало веселей!

##### *Рисование*

Предложить всем сесть за парты и нарисовать по цветку.

Если ребенок не может или не хочет рисовать, сказать ему: «Если бы ты был художником, смог бы нарисовать? Я три раза щелкну, и ты начнешь рисовать».

Собрать все нарисованные цветы в один букет и «посадить» (разложить на столе или на полу) — получится красивый, яркий луг.

##### *Игра «Передай тепло цветка другу»*

Стоя в кругу, соединить ладони, прочувствовать, как тепло передается по цепочке. В парах: на ощупь определить, какие у партнера руки, лицо, погладить по голове.

##### *Домашнее задание*

Ребенок должен узнать у родителей, что обозначает его имя.

#### *Занятие 2*

##### *«Я и мое имя»*



**Цель:** способствовать установлению контакта между детьми, помочь детям осознать свои положительные черты характера.

### **ХОД ЗАНЯТИЯ**

#### ***Разминка***

**Психолог.** На прошлом занятии мы узнали, как кого зовут. Мое имя обозначает... (психолог рассказывает о своем имени). А вы узнали, что обозначает ваше имя? Дети по очереди рассказывают о своем имени. Если не знают, психолог помогает (необходимо до занятия узнать, что обозначают имена детей).

**Психолог.** Ребята, вам нравится, когда вас называют Колька, Машка? А Коленька, Машенька? Почему? Как вас называет мама?

Дети отвечают по очереди. Можно предложить детям придумать себе имя: «Как бы вы хотели, чтобы вас называли?»

#### ***Игра «Волшебный стул»***

Один ребенок садится на отдельный стул в середине круга. Для того, кто садится на этот стул волшебный, произносятся самые лучшие слова и пожелания, называют его самые лучшие качества характера.

#### ***Рисование***

Дети рисуют свой автопортрет.

#### ***Упражнение на релаксацию***

Лежа на полу, дети под классическую музыку представляют себя волшебниками (сказочными персонажами), вспоминая и повторяя все положительные слова, сказанные им окружающими.

### ***Занятие 3***

#### ***«Я и моя семья»***

**Цель:** знакомство с членами семьи, общими интересами, традициями.

### **ХОД ЗАНЯТИЯ**

#### ***Упражнение «Рисунок семьи»***

Сидя в кругу на стуле или на полу, ребенок рассказывает, как зовут родителей, остальных членов семьи (по рисунку или по фотографии), кто чем любит заниматься.

#### ***Игра «Поменяйтесь местами те, у кого...»***

Психолог предлагает поменяться местами детям, у кого

- а) есть старший брат,
- б) младшая сестренка,
- в) младший брат,
- г) старшая сестра,
- д) есть и брат, и сестра,
- е) дедушка и бабушка живут с ними вместе,
- ж) дедушка и бабушка живут в деревне и т.д.

#### ***Методика Рене Жиля***

Психолог раздает готовые бланки.

### ***Занятие 4***

#### ***«Урок и перемена»***

**Цель:** познакомить детей с правилами поведения на уроке и перемене, упражняться в их применении. Выявить школьную мотивацию.

## **ХОД ЗАНЯТИЯ**

### ***Беседа на тему «Что такое урок?»***

Дети высказывают свои мнения.

**Психолог.** Как можно показать, что ты готов к уроку? Например, в школе есть правило

«Готов к уроку»: по звонку ученик становится возле своей парты и ждет команды учителя.

Давайте потренируемся выполнять это правило.

### ***Проигрывание ситуаций***

Что нужно сделать:

- а) когда входит учитель (или кто-то старший) в класс;
- б) когда хочешь что-либо сказать;
- в) когда кто-то опаздывает на урок и т.д.

### ***Игра на внимание***

**Психолог.** На уроке надо быть очень внимательным. Чтобы проверить вашу наблюдательность, давайте поиграем. Закройте глаза и положите голову на парту.

У кого сосед по парте со светлыми волосами? Поднимите руку с закрытыми глазами. Откройте глаза и проверьте себя. Опять закройте глаза. У кого сосед с темными глазами? Поднимите руку с закрытыми глазами.

Откройте глаза и проверьте себя. Опять закройте глаза. У кого сосед...

### ***Беседа «Что можно сделать за перемену?»***

Обобщение ответов детей: за перемену можно подготовиться к следующему уроку, сходить в туалет, переодеться на урок физкультуры, ритмики, дежурным вытереть доску, поиграть в игры.

### ***Подвижная игра (по выбору детей)***

#### ***Выработка правил поведения***

Осуществляется самими детьми:

- в школе можно улыбаться и смеяться,
- нельзя ругаться и драться и т.д.

### ***Рисование на тему «Что мне нравится в школе» Завершение занятия***

**Психолог.**

Прозвенит сейчас звонок —

Наш закончится урок.

Урок закончен. В начале урока мы научились выполнять правило «Готов к уроку», то же самое нужно делать, когда урок закончен. Учитель по звонку говорит: «Урок закончен», и все ученики должны встать возле своих парт.

## ***Занятия 5***

### ***Экскурсия по школе***

**Цель:** научить детей ориентироваться в помещении школы, познакомить с сотрудниками.

## **ХОД ЗАНЯТИЯ:**

### ***Знакомство с планом-схемой школы***

**Психолог.** Ребята, я принесла план школы. Кто знает, что такое план? Да, это чертеж нашей школы. Интересно, где же ваш класс находится?

После поиска пути от входа до класса предложить пройти по школе, ориентируясь по плану.

### ***Посещение медицинского кабинета***

Психолог представляет медсестру. Она проводит беседу по вопросам: «Для чего нужны прививки? Почему нельзя болеть школьнику? Что нужно делать, чтобы не болеть, а быть здоровым?»

### ***Посещение спортивного зала***

Учитель физкультуры представляется и задает детям вопросы: «Для чего люди занимаются спортом? Нужна ли физкультура школьнику? Кто делает зарядку по утрам? Кто из детей занимается уже в спортивных секциях?» Затем дети изображают бесконтактный бокс, лыжников, пловцов, гимнастов и т.д. Если кто-то из детей занимается в спортивных секциях, можно предложить им показать какие-либо упражнения.

***Посещение кабинета музыки — «страны пяти линеек»*** Учитель музыки после представления предлагает детям угадать трех китов музыки: играет марш (дети маршируют), затем танцевальную музыку (предлагает потанцевать), по выбору дети поют или слушают песню.

***Посещение кабинета изобразительного искусства*** Учитель знакомит детей с «царством карандаша и кисточки».

Дети в парах играют в игру «Скульптор»: один «лепит» животное по своему желанию, затем, затем рассказывает о своей «скульптуре». Затем дети меняются ролями.

### ***Посещение библиотеки***

Библиотекарь задает детям загадки:

Без языка,  
Без голоса,  
А все расскажет.

Не куст, а с листочками,

Не рубашка, а сшита,  
Не человек, а рассказывает.

Проводит беседу по вопросам: «Для чего нужны книги? Какие книги бывают? Кто их пишет, выпускает? У кого какая любимая книга?» и т.д.

Предлагает записаться в библиотеку тем детям, кто уже умеет читать.

### ***Экскурсия в кабинет психолога***

**Психолог.** Ребята, сегодня я приглашаю вас к себе. Кто знает, кто такой психолог? *Ответы детей.*

Если кому-то стало грустно, плохо, психолог утешит, защитит, даст возможность отдохнуть.

Релаксационное упражнение.

### ***Посещение столовой***

Часть урока проводит учитель этикета. Он показывает и рассказывает, кому, куда и как правильно сесть, как пользоваться приборами.

### ***Экскурсия на кухню***

**Психолог.** Наши повара, хотя и молоды, готовят очень вкусно: пироги их пышны, щи объедение, компот сладок, хлебушек мягок.

### ***Пиктограмма***

После посещения всех кабинетов в конце третьего урока дети рисуют слова: школа, класс, учеба, болезнь, вкусная еда, чистота, интересная книга, сила,

## ***Занятие 6***

***УЧЕНЫЕ — свет, а неученье — тьма***

**Цель:** укрепить желание учиться, получать знания, показать, что знания необходимы.

### **ХОД ЗАНЯТИЯ:**

#### ***Разминка***

**Психолог.** Ребята, как вы думаете, зачем людям надо учиться?

Выслушивает ответы всех детей, делает обобщение.

#### ***Игра «Отгадай профессию»***

Дети по очереди имитируют движения, которые выполняются при определенной профессии, или говорят, что нужно для этой работы. Остальные дети отгадывают, кем хочет быть тот или иной ребенок, и называют качества, какими должен обладать представитель этой профессии.

#### ***Беседа***

Дети отвечают на вопросы: «А вас можно назвать работником? Кем вы сейчас работаете? Какими должны быть ученики? Что нужно для вашей работы?»

#### ***Игра «Алфавит».***

Психолог предлагает детям пройти испытание на звание ученика. Сначала — проверка внимания.

#### ***Игра «Чего не стало»***

Теперь — проверка памяти.

#### ***Решение задач на сообразительность***

Проверка мышления — решение «хитрых» задач.

#### ***Итог***

**Психолог.** Вот какие вы все внимательные, умные, значит — все вы можете учиться хорошо и всем вам присваивается звание ученика.

## ***Занятие 7***

***«Когда всем весело, а одному грустно»***

**Цель:** учить детей сопереживать друг другу, воспитывать дружелюбие, умение различать и понимать эмоциональные состояния.

## **ХОД ЗАНЯТИЯ:**

### ***Разминка***

**Психолог.** Во время прогулки в школьном дворе вы увидели грустного ученика. Ребята, давайте подумаем: почему он грустный?

*Ответы детей.*

Вам его жалко? А как мы его можем утешить?

Дети предлагают варианты, выбирают наиболее подходящие. Психолог предлагает подойти к мальчику и попробовать его утешить.

### ***Упражнение «Настроение»***

Демонстрация лиц с различным эмоциональным состоянием: радости, печали, веселья, злости, удивления и т.д. Предложить детям выбрать и «сделать» какое-либо лицо, спросить, что ему хочется сделать в этом состоянии, нравится или нет такой человек и почему? Когда у человека бывает такое настроение?

**Психолог.** За цветом можно увидеть различные предметы, живые существа. При помощи цвета человек даже может выразить свое настроение. Когда человеку радостно, у него все получается, он доволен, говорят, что он видит все в розовом цвете. А когда у человека неприятности, какого цвета у него настроение? (Ответы детей.) Итак, если настроение хорошее, то его «рисуют» яркими, светлыми тонами: желтым, оранжевым, красным, светло-зеленым, голубым. Плохое настроение — темные цвета: черный, коричневый. Если трудно определить настроение, показать его можно при помощи синего, зеленого, серого цветов. Я вам предлагаю каждый день рисовать свое настроение.

### ***Рисование***

Предложить детям нарисовать лицо мамы, папы, братьев, сестер — какие они чаще всего бывают.

## ***Занятие 8***

### ***«Волшебные СЛОВА»***

**Цель:** воспитывать культуру поведения, вызвать желание соблюдать правила поведения, использовать в речи «волшебные» слова: здравствуйте, спасибо, до свидания, пожалуйста, и т. д.

## **ХОД ЗАНЯТИЯ:**

### ***Беседа***

**Психолог.**

— Здравствуйте! —

Ты скажешь человеку.

— Здравствуй! —

Улыбнется он в ответ.

И, наверно,

Не пойдет в аптеку

И здоровый будет много лет.

Когда люди говорят: «Здравствуйте», они не только приветствуют друг друга, но и желают здоровья. Любая встреча начинается с приветствия. Какие

слова-приветствия вы знаете? А еще как можно приветствовать? (Кивок головой, помахать руками, поклон, рукопожатие.)

### ***Разминка***

Предложить детям походить по классу и поприветствовать друг друга. Спросить: чье приветствие больше понравилось, почему?

### ***Драматизация сказки «Заяц и еж»***

Дети слушают сказку в исполнении двух одноклассников.

Вопросы к детям: «Что можно сказать про зайца? Ежа? Что ты чувствовал в роли зайца? А в роли ежа? Кто вам симпатичен? А в жизни встречались вам такие люди? Как вы поступали?»

### ***Психолог.***

Слова «До свидания!»,

«Спасибо!», «Простите!», Щедро дарите.

Дарите прохожим, Другьям и знакомым, В троллейбусе, в парке, И в школе, и дома. Слова эти очень важны, Они человеку, Как воздух, нужны.

Без них невозможно на свете прожить. Слова эти нужно с улыбкой дарить.

### ***Беседа***

**Психолог.** С кем можно здороваться, а с кем — нет: дома, в школе, на улице? В каких случаях говорим «на здоровье», «пожалуйста», «спасибо», и всегда ли надо их произносить? Вспомните, пожалуйста, случаи, когда вам помогли «волшебные слова».

### ***Игра с мячом «Вежливые слова»***

**Психолог.** Чтобы узнать, какие еще вежливые слова вы знаете, мы поиграем в игру. Я бросаю мячик, а вы, поймав, должны назвать вежливое слово и вернуть мяч. Не забывайте, что вежливые слова произносятся доброжелательно, глядя прямо в глаза.

**Перечень методик  
диагностики адаптации первоклассников к обучению в школе**

<b>№ п/п</b>	<b>Изучаемый показатель</b>	<b>Методика</b>
1.	Тревожность	Тест Филлипса
2.	Самооценка	Лесенка Тест «Несуществующее животное»
3.	Адаптация	Тест «Домики» (О.А. Орехова) Анкетирование родителей (законных представителей) Адаптированный и модифицированный вариант методики Александровской Э.М. для изучения процесса адаптации
4.	Мотивация	Методика изучения школьной мотивации А.Г. Лускановой

Пронумеровано, прошито и  
Скреплено печатью на 34

*Генеральный судья*  
Директор МБОУ СОШ № 4

*О.П. Толстоусова*  
О.П. Толстоусова

