**Психолого-педагогическое сопровождение**

**первоклассников на первичном этапе**

**адаптации к школе**

***статью подготовила***

***Куликова Елена Николаевна,***

***учитель начальных классов***

***ГОУ ЛНР «Артёмовская***

***средняя школа №8»***

Поступление в школу вносит большие перемены в жизнь первоклассников. Очень сложным для них является период адаптации. Обычно он составляет от 1 до 2 месяцев, а у некоторых полноценной адаптации к школе на первом году обучения так и не происходит, (это может протекать и на фоне хорошей успеваемости).

Помочь первокласснику преодолеть возникающие затруднения в период адаптации к школе может учитель, в силах которого создание необходимых условий для быстрого и безболезненного вхождения ребенка в школьную жизнь. Понимание адаптационных трудностей первоклассников, осознание важности быстрого и успешного прохождения адаптационного периода учащихся для последующего их обучения и развития убедило меня в том, что необходимо содействие детям, испытывающим адаптационные затруднения. Я считаю, что деятельность учителя должна быть ориентирована на индивидуальные особенности ученика.

Работа по адаптации первоклассников к ситуации школьного обучения проходит в *несколько этапов:*

***Подготовительный этап*** - знакомство с родителями будущих первоклассников (организационное родительское собрание в мае месяце, заполнение анкеты «Готов ли ваш ребёнок к школе?», памятка для родителей «Советы родителям будущих первоклассников»).

«Поздравительное письмо первокласснику» (за неделю до начала учебного года).

Этап психологической адаптации (блок классных часов «Здравствуй, школа!»).

Адаптационные занятия «Я – первоклассник».

Огромную помощь в этом мне оказали и оказывают родители детей. В конце мая, перед началом нового учебного года, я традиционно провела организационное собрание для родителей будущих первоклассников. На собрании я рассказала о себе, об учебной программе и своих требованиях. Узнала, с каким настроением дети и родители идут в школу, чего они ждут от меня. На этом собрании мамы и папы заполнили анкету, которая помогла мне узнать, как рос ребенок до школы, какой у него характер и привычки, как он общается со сверстниками и взрослыми, чем увлекается, что любит, на что мне обратить внимание.

А мои завтрашние ученики, так же как и я, с радостью и волнением будут ожидать 1 сентября: какая она, школа?

За неделю до начала нового учебного года каждому из своих первоклассников я отправила написанное от руки поздравительное письмо, как учил нас великий педагог Ш.А. Амонашвили. Наверняка дети не раз попросили прочитать взрослых его. Как было услышано позже от родителей, дети с нетерпением ждали встречи с учителем, ведь для некоторых она была самой первой и самой запоминающейся. 1 сентября совместно с родителями для детей был проведен яркий праздник «Здравствуй, школа!», который дал положительный настрой на сотрудничество детей, как с учителем, так и с одноклассниками.

Далее мне предстоял этап организации такого взаимодействия с детьми, в ходе которого дети могли успешно адаптироваться в условиях школы.

*Процесс адаптации к школе идет по двум направлениям.*

Первое - психологическая адаптация, или привыкание. Этот процесс проходит неоднородно и неравномерно, его сроки могут существенно отличаться у разных детей, и работа в этом направлении может продолжаться учителем даже в течение первого учебного года.

Второе направление - освоение организационных навыков и умений для учебы в школе. Для школьника это основные правила поведения на уроке, навыки индивидуальной и коллективной работы, обратная связь с учителем.

Роль учителя в адаптационный период - в значительной степени смягчить и ускорить этот процесс. На самых первых классных часах даю первоклассникам возможность осознать, каким правилам поведения в школе они должны следовать, почему это важно, кого называют школьниками. Дети вместе со мной пускаются в обсуждение различных школьных ситуаций: «Как вести себя на перемене?», «Для чего люди учатся?», «Что будет, если на Земле не будет школ?». Первоклассники придумывают различные решения проблем, выходы из затруднительных ситуаций. Во время таких обсуждений всегда создаю доброжелательную обстановку, чтобы замечания не приносили отвечающему огорчений. И если ребенок чувствует поддержку, он любим, значим, это «...выводит его за пределы самого себя, навстречу другому «я», чтобы образовались «мы».

*План адаптационных занятий* «Я - первоклассник», помогающих первоклассникам в осознании и принятии правил школьной жизни и себя в роли учеников. Занятия рассчитаны на 10 часов с периодичностью один раз в неделю и проводятся в течение первой четверти.

***Темы занятий:***

1. Знакомство первоклассников со школой (экскурсия по школе).

2-3. Правила школьной жизни, Знакомство первоклассников с правилами школьной жизни и продолжение знакомства друг с другом.

4. Школьник и дошкольник. Осознание детьми своего нового статуса  
школьника.

5. Для чего ходят в школу. Осознание детьми своего нового статуса  
школьника.

6. Я среди других.

7-8. Учимся работать дружно. Знакомство учащихся с навыками

учебного сотрудничества.

9-10. Первоклассное путешествие. Закрепление позитивного

эмоционального отношения к школе и обучению.

Курс занятий «Я первоклассник» даёт положительный результат: первоклассники становятся более раскрепощенными в общении, у них формируется положительная мотивация учения и навыки сотрудничества, которые в последующей работе нужно закреплять и развивать.

Действительно, очень труден и тернист для первоклассников адаптационный период в школе. И главной своей задачей считаю - создание благоприятных условий, чтобы начало обучения ребенка в школе позволило занять новую жизненную позицию и перейти к выполнению общественно значимой учебной деятельности.

**Методики для изучения социально-психологической адаптации первоклассников**

С помощью методик *«Страхи в домиках»(*см. Приложение 1*) , «Мое настроение в цветах»* выявляется эмоциональное состояние детей в период адаптации. Эмоциональное состояние детей зависит от многих факторов, как межличностные отношения, физическая и умственная нагрузка, индивидуальные личностные особенности, внутрисемейные отношения.

Цветовое фиксирование своего настроения первоклассников в течение учебного года в неделю один раз показывает преобладание положительных, бодрых, активных цветов (красный, желтый), что является показателем безболезненной адаптации у большинства детей.

***Возрастные нормы страхов /по А.И. Захарову/***

Среднее число страхов:

В дошкольном возрасте – у девочек – 10,3, у мальчиков – 8,2.

В школьном возрасте у девочек – 9,2, у мальчиков – 6,9.

***Возрастные особенности появления страхов.***

***Младший дошкольный возраст –*** боязнь сказочных персонажей, уколов, боли, крови, высоты, неожиданных звуков, одиночества, темноты, замкнутого пространства.

***Старший дошкольный возраст –*** страх смерти, смерти родителей, страх животных, сказочных персонажей, глубины, страшных снов, огня, пожара, нападения, страх войны.

***Младший школьный возраст –*** страх опоздания в школу, порицания, сделать что-нибудь не так, несчастья (магических представлений).

***Подростковый возраст*** – страх смерти родителей, войны.

Для выявления самооценки ребенка и межличностных отношений в классном коллективе пользуемся методикой *«Дом Доброты»*. И.В.Вачкова. Суть данной методики заключается в том, что дети должны расселять дом Доброты, который имеет три этажа и самую верхнюю одну квартиру на крыше. На самом верхнем (на крыше) живет один самый-самый добрый в классе, на третьем – добрые, на втором – средне - добрые, на первом те, у кого доброты меньше всех. Дети расселяют по этим этажам своих одноклассников и себя. Анализ результатов этой методики показало, что большинство детей имеют высокую и завышенную самооценку, считают себя добрыми, «хорошими» и «умными» и положительно оценивают свои школьные успехи уже только потому, что они очень старались, хотели сделать правильно.

**Методические рекомендации учителю по организации адаптационного периода.**

***Как организовать этап адаптации, чтобы не причинить вреда здоровью ребенка?***

* В школе должны неукоснительно соблюдаться требования относительно первоклассников, а именно: не перегружать, обучение организовать только в первую смену, домашние задания не задавать и т.д.
* В первые дни организовать для первоклассников вводные курсы, которые обеспечивают знакомство ребенка с одноклассниками и учителями, со школой, с правилами школьной жизни. Желательно, чтобы учитель и дети сотрудничали на основе договора, который строится в доступной, игровой форме.
* Широко использовать методы дошкольного воспитания с частичным применением школьных методов.
* В педагогической работе необходимо соблюдение преемственности не только в методах работы, но и в стилях педагогического общения.
* Должна быть организована работа с родителями первоклассников по разъяснению им необходимых домашних условий, которая обеспечивает нормальное вхождение ребенка в школьную жизнь.
* Необходимы щадящие условия вхождения в школьную жизнь для детей с выраженными трудностями адаптации.

С помощью игровых методов развивающего и психокоррекционного характера учитель может помочь ребёнку в успешной адаптации.

*Игра –* важнейшее средство включения детей в учебную деятельность, способ обеспечения эмоционального отклика на воспитательные воздействия и нормальных (без перегрузок) условий жизнедеятельности.

***Рекомендуется применять следующие игровые методы и упражнения:***

- психофизические упражнения и игры, способствующие снятию мышечных зажимов, эмоционального напряжения, переключению внимания, повышению работоспособности;

-подвижные игры и игры, развивающие «комплекс произвольности», которые пробуждают активность ребёнка, его сообразительность, ловкость, быстроту реакции, дисциплинируют, сплачивают играющих;

- игры – драматизации, психокоррекционные упражнения для работы с детскими страхами, отрицательными эмоциональными состояниями и переживаниями, развивающие воображение, фантазию, способность к эмпатии, выразительность мимики и движений.

- для развития мелкой моторики руки можно рекомендовать такие задания, как «Дорисуй картинку», «Лабиринты», «Узнай предметы и дорисуй их», «Кто больше придумает и нарисует» - сюжеты и композиции на основе наглядных опорных знаков и фигур, «Небывальщина» - придумать смешной рассказ и нарисовать его и т.д.

- для развития внимания и памяти предлагаются такие игры – задания, как «Найди отличия в рисунке», «Я – фотоаппарат» - нарисовать символы, знаки, буквы, цифры или сюжетные картинки по памяти (можно нарисовать на доске и закрыть картинку), «Найди предмет» - найти в картинке спрятанный рисунок заданного предмета и т.д.

- для развития мышления можно применять задания по соотношению понятий, составлению различных фигур и картинок из частей («Мозаика»), по сравниванию предметов, игры «Найди два одинаковых предмета», «Лабиринты».

Все указанные выше игровые методы и упражнения можно использовать как во время уроков, на переменах, прогулках, так и на специально организованных занятиях. Перемены и прогулки целесообразно заполнять подвижными играми. Тематическое рисование хорошо сочетается с мимическими и пантомимическими упражнениями. При чередовании изобразительной деятельности с играми, тренирующими выразительные движения, происходит взаимоусиление влияния на ребёнка и той и другой деятельности, что в свою очередь ведёт к улучшению его общения со сверстниками. Сам процесс рисования способен влиять на поведение детей: они делаются спокойнее и доступнее.

Опыт работы с детьми и специальные исследования показывают, что в игре выявляются разнообразные личностные качества значительно ярче , чем в учебной деятельности. Разумное сочетание игровой занимательности и серьёзности заданий поможет первоклассникам освоить роль ученика, заниматься с интересом, быть активным и внимательным на уроках.  
 **Советы учителю первого класса**

* Душевное и физическое здоровье и эмоциональное благополучие ребенка является необходимым и обязательнымм условием любой успешной деятельности, особенно учебной.
* «Плохое» поведение первоклассника (драки, ссора, жалобы) – это сигнал тревоги - повод внимательно посмотреть на ученика.
* Постоянно работай над повышением уровня учебной мотивации, создавая ребенку ситуацию успеха на уроке, во время перемены, во внешкольной деятельности, в общении с одноклассниками.

Поступление детей в школу - важный этап взросления, стремление к которому, как справедливо отмечает Ш.А. Амонашвили, изначально заложено в ребенке на ряду со стремлением к движению и познанию. Если начало этого этапа не будет видимо отличаться от дошкольного детства, у ребенка неизбежно появится чувство разочарования. Но, в то же время, удовлетворение стремления ребенка к взрослению должно обязательно произойти успешно, породить уверенность в свои силы. Успешная адаптация ребенка к школе предполагает успешность обучения в школе.

**Список использованной литературы**

1. Амонашвили Ш.А. Аксиомы гуманной педагогики. Лаборатория гуманной педагогики – Донецк, 2009.

2. Адаптация ребенка к школе/Сост. : С. Максименко, К. Максименко, О. Главник – К.: Микро – СВС, 2003.

3. Шабалина З. П. Первый год – самый трудный. – М.: Просвещение, 1990.

Приложение 1

**Страхи в домиках**

(*диагностика страхов у детей младшего школьного возраста*)

В красный и черный дом надо расселить 29 страхов. В черном доме будут жить страшные страхи, а в красном – не страшные. Я буду перечислять страхи, а ты записывай их номера внутри дома.

*Ты боишься:*

1. Когда остаешься один.
2. Нападения бандитов.
3. Заболеть, заразиться.
4. Умереть.
5. Того, что умрут твои родители.
6. Каких-то людей.
7. Потерять маму или папу.

8.Того, что они тебя накажут.

9. Бабы-Яги, Кощея Бессмертного, Бармалея, Змея Горыныча, чудовищ (у школьников – невидимки, скелеты, Черная рука, Пиковая Дама и т.д.)

10. Опоздать в школу.

11. Перед тем, как заснуть.

12. Страшных снов.

13. Темноты.

14. Волка, медведя, собак, пауков, змей (страх животных).

15. Машин, поездов, самолетов (страх транспорта).

16. Бури, урагана, грозы, наводнения, землетрясения (страх стихии).

17. Когда очень высоко (страх высоты).

18. Когда очень глубоко (страх глубины).

19. Оставаться в маленькой, тесной комнате, помещении, в туалете (страх замкнутого пространства).

20.Воды.

21. Огня.

22. Пожара.

23. Войны.

24. Больших площадей.

25. Врачей.

26. Крови.

27.Уколов.

28. Боли. Неожиданных, резких звуков (когда внезапно что-то упадет