

**МБОУ Теплостанская основная школа**

**«Рассмотрено»**  
Руководитель ШМО

\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/

Протокол № \_\_\_\_\_  
от «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2015\_

**«Согласовано»**  
Заместитель директора по  
УВР МБОУ  
Теплостанская основная  
школа

\_\_\_\_\_/Генералова Н.Ю./

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2015 г.

**«Утверждено»**  
Директор МБОУ  
Теплостанская основная  
школа

\_\_\_\_\_/Шмакалова Л.Н./

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2015 г.

**Программа психолого-педагогического сопровождения  
адаптации первоклассников к школе**

Составил педагог-психолог  
Богатова Наталья Петровна  
I квалификационная категория

## Оглавление

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА .....	3
Условия реализации программы .....	5
Этапы реализации программы:.....	7
Содержание коррекционно-развивающих занятий по профилактике трудностей адаптации первоклассников. ....	9
Список литературы.....	10
Приложение 1. Наблюдение .....	11
Приложение 2. Опросник для учителя. Психологический анализ особенностей адаптации первоклассников в школе.....	13
Приложение 3. Анкета для родителей первоклассников .....	15
Приложение 4. Диагностические методики .....	17
Приложение 5. Карта адаптации .....	22
Приложение 6. Темы просветительной и консультативной работы.....	24
Приложение 7. Диагностические методики для углубленного обследования первоклассников. ....	25
Приложение 8. Рабочая программа внеурочной деятельности в 1 классе «Успешный ученик» .....	25

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### Направление программы – психологическое сопровождение детей

Данная программа направлена на осуществление психолого-педагогического сопровождения детей в период адаптации к школе: учащихся первых классов.

Программа дает возможность отслеживать процесс развития, заниматься глубокой и всесторонней как профилактической, так и развивающей работой в зоне ближайшего развития детей определенного возраста, осуществлять индивидуальную поддержку тех, кто в ней нуждается.

Психолог становится полноправным участником образовательного процесса. У него появляется возможность тесно сотрудничать с педагогами в решении проблем и задач развития конкретных детей и ученического коллектива в целом, прежде всего - с классным руководителем.

Исходными документами для составления рабочей программы являются:

1. Конституция Российской Федерации (12 декабря 1993 г.) с учетом поправок, внесенных законами Российской Федерации о поправках к Конституции Российской Федерации от 30 декабря 2008 г. №6-ФКЗ и от 30 декабря 2008 г. №7-ФКЗ.

2. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

3. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 г. N 189 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»

4. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (ФГОС НОО) от 6 октября 2009 г. N 373; в ред. от 11 февраля 2013 г. N 26993.

5. Должностные инструкции педагога-психолога

Проблема адаптации первоклассника к обучению в школе является одной из самых важных для педагогики и психологии образования, так как от того, как ребенок адаптируется в школе, насколько успешно пройдут его первые месяцы и первый год в образовательном учреждении, зависит не только успешность его обучения, отношение к учению, учителю и сверстникам, но и способность к дальнейшему психическому, личностному и социальному развитию. Школьная дезадаптация чаще всего проявляется в невозможности обучения ребенка по программе в соответствии с его способностями, в нарушениях учебы и поведения, в конфликтных отношениях со сверстниками и педагогами, повышенного уровня тревожности, искажений в личностном развитии.

Младший школьный возраст обещает ребенку новые достижения в новой сфере человеческой деятельности - учении. Этому возрастному периоду психологи уделяют достаточно много внимания, так как именно он особенно важен при формировании личности школьника, в нем закладывается потенциал дальнейшего развития ребенка. В этом возрасте ребенок проходит через кризис развития, связанный с объективным изменением социальной ситуации развития. Новая социальная ситуация вводит ребенка в строго нормированный мир отношений и требует от него организованной произвольности, ответственности за дисциплину, за развитие исполнительских действий, связанных с обретением навыков учебной деятельности, а также за умственное развитие.

С первых дней обучения ребенку предъявляются требования, касающиеся произвольности познавательных процессов, учебной мотивации, навыков, позволяющих успешно осваивать программу и т. д. У каждого ребенка, поступающего в школу, повышается психическая напряженность. Это отражается не только на физическом состоянии, здоровье, но и на поведении ребенка. К специфическим проблемам первоклассников можно отнести разновозрастной состав классов (6 и 7 лет) и неодинаковый уровень подготовки детей, что вызвано множеством программ подготовки к школе, не всегда согласованных с обучением в начальных классах. Даже хорошо подготовленные дети в период адаптации испытывают стресс, показывают не стабильные результаты. Дети с низким уровнем готовности способны потеряться, разочароваться в школе, в той школе, которую они так живо и красочно себе представляли. Таким образом, одним из главных направлений работы школьного

психолога в начальной школе является помощь ученику в освоении учебной деятельности как в период адаптации в первом классе, так и на всем протяжении обучения в младших классах.

Успешность освоения учебной деятельности, прежде всего, заложена не в ранней программной подготовке дошкольника, а в полноценном освоении игровой деятельности. Так, в частности, в процессе развития сюжетной игры расширяется кругозор, формируется воображение, произвольность поведения, вырабатываются умения принимать правила, инструкцию, следовать заданному алгоритму, формируются познавательные интересы. В дальнейшем обучении, совместной работе с учителем у школьников, на основе познавательных интересов, формируются потребности в теоретических знаниях, что, в свою очередь, преобразуется в многообразие мотивов учебной деятельности. Зачастую подача содержания урока является приоритетной задачей для учителя, а задачи развития уходят на второй план или опускаются вовсе. На традиционных уроках в большей степени *используются* интеллектуальные, психологические ресурсы ребенка, и в меньшей степени - *подкрепляются*.

Таким образом, возникает необходимость в проведении развивающих занятий, помогающих младшему школьнику не только приобрести навыки работы в классе, принятия учебной задачи, самостоятельной деятельности, но и актуализировать познавательные процессы, расширить кругозор, получить новый деятельностный опыт.

Психолого-педагогическое сопровождение это особый вид помощи (или поддержки) ребенку, обеспечивающей его развитие в условиях образовательного процесса. Полноценное развитие ученика на всех ступенях школьной жизни складывается из двух составляющих, которые должны согласовываться, взаимодополнять друг друга: реализация тех возможностей, которые ребенку открывает данный этап возрастного развития; реализация тех возможностей, которые предлагает ему данная социально-педагогическая среда. Следовательно, актуальным направлением работы школьного психолога является *профилактика трудностей адаптации у первоклассников*.

**Основной целью программы** является помощь детям в адаптации к школе, что подразумевает, в частности, развитие саморегуляции детей, предупреждение и снижение тревожности, а также помощь учителю в создании условий, способствующих интенсивному развитию познавательных возможностей и коммуникативных способностей первоклассников.

#### **Задачи обучающие:**

- формировать у первоклассников реальные представления об особенностях обучения в школе;
- формировать и развивать общеучебные умения и навыки (умение самостоятельно работать в заданном темпе, умение контролировать и оценивать свою работу).

#### **Задачи развивающие:**

- развивать у детей различные виды памяти, внимания, воображения;
- развивать речь при работе над словом, словосочетанием, предложением.
- развивать мышления в ходе усвоения детьми таких приёмов мыслительной деятельности как умение анализировать, сравнивать, синтезировать, обобщать, выделять главное, доказывать и опровергать.
- развивать сенсорную сферу ребят (глазомера, мелких мышц кистей рук) и двигательную сферу.

#### **Задачи воспитательные:**

- формировать навыки общения;
- корректировать трудности поведения и характера;
- формировать систему нравственных межличностных отношений (формирование «я-концепции»).

В соответствии с задачами можно выделить основные **направления работы** по адаптации первоклассников к школе:

1. Психологическая диагностика.
2. Консультативная работа с педагогами и родителями.
3. Профилактическая работа.
4. Коррекционно-развивающая работа.
5. Аналитическая работа.

Учитывая психологические особенности учащихся в работе используются следующие **формы**: - фронтальная; - групповая; - индивидуальная.

#### **Методы работы:**

- наблюдение;
- беседа;

- анкетирование;
- опрос;
- тестирование;
- игротерапия – метод моделирования системы социальных отношений в наглядно-действенной форме в особых игровых условиях;
- арттерапия – метод гармонизации развития личности через развитие способностей самовыражения и самопознания;
- тренинг – метод обучения ребенка адекватным формам поведения в проблемных ситуациях;
- психогимнастика – невербальный метод групповой терапии, в основе которой лежит использование двигательной экспрессии;
- метод социальной терапии – метод психологического воздействия, основанный на использовании социального принятия, признания, социального одобрения и положительной оценки ребенка значимым социальным окружением – как взрослыми, так и сверстниками.

***Принципы модели психолого-педагогического сопровождения:***

**научность** – использование научно обоснованных и апробированных в педагогической практике технологий и методик;

**системность** – организация системы работы со всеми участниками образовательного процесса;

**комплексность** - совместная деятельность различных специалистов, всех участников учебно-воспитательного процесса в решении задач сопровождения: классных руководителей, учителей, педагога-психолога, социального педагога, логопеда, администрации и др.;

**превентивность** - обеспечение перехода от принципа «скорой помощи» (реагирования на уже возникшие проблемы) к предупреждению возникновения проблемных ситуаций.

**открытость** – последовательное использование ресурсов сетевого взаимодействия и социального партнёрства, открытость мероприятий для педагогических и руководящих работников ОУ,

**технологичность** - использование современных технологий, интерактивной стратегии в работе.

***Ожидаемые результаты.***

- 1.Повышение интеллектуального уровня.
- 2.Развитие познавательных процессов и мотивации учения.
- 3.Формирование умения включаться в задание, игру, контролировать свои действия, планировать их, действовать по правилу.
- 4.Устранение дефектов произвольного поведения.
- 5.Развитие произвольности психологических процессов.
- 6.Развитие навыков рефлексии.

***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.

Программа рассчитана на один год обучения.

**Условия реализации программы**

<b>Содержание</b>	<b>Формы и методы</b>	<b>Сроки проведения</b>	<b>Предполагаемый результат</b>
1. Наблюдение за процессом адаптации у учащихся 1 классов (на первичном и вторичном этапе).	Целевое посещение уроков, наблюдение во вне учебное время.	в течение года	Выявление учащихся, испытывающих трудности адаптации на первичном этапе и вторичном этапе путём наблюдения.

2. Психолого-педагогическая диагностика, направленная на выявление уровня адаптации первоклассников.	1. Экспертный опрос педагогов.	октябрь, апрель	Выявление учащихся, испытывающих трудности адаптации (на первичном и вторичном этапе) путём диагностики.
	2. Экспертный опрос родителей первоклассников.	октябрь	
	3. Психологическое обследование первоклассников (тестирование групповое и индивидуальное).	Октябрь-ноябрь - апрель	
	4. Анализ педагогической документации и материалов предыдущих исследований.	сентябрь	
	5. Углублённое психологическое обследование учащихся (индивидуально).	в течение года	
3. Коррекционно-развивающая работа на этапе первичной и вторичной адаптации.	1. Коррекционно-развивающие занятия с учащимися (групповые)	октябрь-май	Формирование психологического статуса школьника у первоклассников, испытывающих трудности адаптации, коррекция эмоционально-волевой сферы, преодоление интеллектуальных трудностей при обучении в школе.
	2. Коррекционно-развивающая работа с учащимися (индивидуально, подгрупповая).	в течение года	
4. Консультационная и просветительская работа с родителями первоклассников.	1. Индивидуальные консультации по адаптации первоклассников. «Первые школьные дни, помощь ребенку в адаптации к школе со стороны родителей.»	сентябрь	Повышение психологической компетентности в вопросах переживаемого детьми периода, принятие родителями на себя определённой ответственности за ребёнка, совместное решение проблемных ситуаций.
	2. Родительское собрание: «Трудности первоклассников. Причины школьной дезадаптации».	ноябрь	
	3. Тематические консультации: проблемы развития внимания, мышления и т.п.; как повысить учебную мотивацию; самооценка; самостоятельность; проблемы тревожности, агрессивности и т.д.	в течение года по запросу	
	4. Родительское собрание: «Итоги адаптации детей в школе».	апрель	
	5. Индивидуальное консультирование	в течение года	

	6. Общее родительское собрание для родителей будущих первоклассников: «Готовность дошкольников к обучению в школе.»	май	
5. Консультационная и просветительская работа с педагогами 1 классов.	1. «Кризис 7 лет. Возрастные особенности. Трудности адаптации».	сентябрь	Повышение психологической компетенции педагогов, приведение в соответствие педагогической и психологической стороны деятельности учителя, работающего с первоклассниками с целью оказания помощи учащимся в период адаптации.
	2. Консультирование по вопросам организации психолого-педагогической поддержки детей в период первичной адаптации	в течение года	
	3. Консультирование по актуальным запросам, касающихся проблем обучения, поведения конкретных детей или класса в целом.	в течение года	
6. Подведение итогов первичной и вторичной адаптации первоклассников.	1. Обсуждение итогов первичной адаптации учащихся в 1 классе с учителем.	ноябрь	Выработка стратегии и тактики в оказании помощи учащимся, испытывающим трудности адаптации в школе.
	2. «Итоги адаптации первоклассников» аналитическая справка.	Ноябрь, май	
7. Методическая и аналитическая работа.	1. Подготовка опросников, анкет, тестов.	сентябрь	Осуществление готовности к выполнению запланированных мероприятий. Осмысление результатов проведённой работы.
	2. Подготовка к собраниям, коррекционно-развивающим занятиям.	в течение года	
	3. Изготовление наглядных пособий для коррекционно-развивающих занятий.	в течение года	
	4. Обработка диагностики.	в течение года	
	5. Анализ деятельности.	май	

### Этапы реализации программы:

**I этап подготовительный** (сентябрь – октябрь) включает:

- 1) Психологическое просвещение родителей и классных руководителей 1-х классов.
- 2) Психолого-педагогическая диагностика участников образовательного процесса.

Основная задача данного этапа – определить актуальный уровень психического развития первоклассников, выявить детей, имеющих трудности адаптации и нуждающихся в коррекционной и развивающей работе в целях профилактики школьной неуспеваемости и дезадаптации.

### **Методы работы:**

- наблюдение на уроках и вне учебной деятельности;
- экспертные опросы педагогов и родителей;
- психологическое обследование самих детей;
- анализ педагогической документации и материалов предыдущих обследований.

**Наблюдение** – наиболее распространённый и незаменимый метод в работе с первоклассниками. Применяется выборочное наблюдение, когда фиксируются только некоторые особенности поведения первоклассников. Фиксируются резко выраженные эмоциональные реакции, характерные ответы и ошибки, темп работы, активность на уроках, отношение к успехам неудачам и т.д. Путём систематического наблюдения выделяются дети моторно-расторможенные, возбудимые, раздражительные, малоподвижные, дети эмоционально неустойчивые и с преобладанием определённого типа эмоций, социально смелые, легко вступающие в контакт, робкие, застенчивые и т.д.

Результаты наблюдения фиксируются по схеме, включающей 7 шкал: учебная активность, усвоение программных материалов, поведение на уроке, поведение на перемене, взаимоотношения с одноклассниками, отношение к учителю, эмоции. Заполняется карта наблюдений на каждого первоклассника (см. Приложение 1).

**Опрос педагогов** рассматривается как основной способ получения информации (см. Приложение 2). Он позволяет:

- выявить соответствие ряда важнейших характеристик обучения, поведения и общения ребёнка, предъявляемым ему психолого-педагогическими требованиями;
- уточнить содержание и природу трудностей, возникающих у детей с нарушением поведения.

**Опрос родителей** является вспомогательным методом получения информации об отношении ребёнка к школе, некоторых аспектов его учебной деятельности и актуальном психологическом состоянии (см. Приложение 3).

**Анализ документации** предполагает работу с тетрадями школьников, просмотр медицинских записей в карте ребёнка.

**Психологическое обследование детей** направлено на получение информации о особенностях психолого-педагогического статуса школьника: это система отношения к миру, к себе и значимым видам деятельности, особенности мотивационно-личностной сферы, эмоциональное самочувствие. Помимо этого обследование позволяет уточнить содержание и природу школьных трудностей, возникающих у некоторых детей.

Учащиеся обследуются в групповой форме по следующим **методикам**:

1. Для изучения мотивации учения – Методика М.Р.Гинзбург (определение мотивов учения)

«Беседа о школе» (модифицированная методика Т.А.Нежновой, А.Л.Венгера, Д.Б.Эльконина)

2. Для изучения эмоционального состояния ребенка в школе – Рисуночный тест «Моя школа». «Мой класс»

3. Для изучения тревожности детей, связанной со школьным обучением - 2 опросника «Школьная тревожность», которые заполняются учителями и родителями.  
(см. Приложение 4).

Другие методики для углубленной диагностики (Приложение 7) применяются по запросу или необходимости (при выявлении трудностей в обучении, включая индивидуальное обследование).

На основании проведенной работы на первом этапе заполняется карта адаптации на каждого первоклассника и оформляется справка, обобщающая все результаты (см. Приложение 5).

**II этап организационный** (октябрь) включает:

- 1) Формирование групп для дальнейшей коррекционно-развивающей работы по профилактике трудностей адаптации первоклассников.
- 2) Психологическое консультирование родителей и педагогов по итогам диагностики.

Результаты диагностики позволяют грамотно построить консультативную работу с родителями и педагогами. Ознакомление классных руководителей с индивидуальными особенностями учащихся в целях дифференциации процесса обучения. Индивидуальные и групповые консультации с родителями по результатам диагностики проводятся в течение I-II четвертей.

Основная задача - проинформировать родителей и педагогов о трудностях адаптации, об уровне актуального психического развития, дать соответствующие рекомендации и получить согласие на дальнейшую психолого-педагогическую работу с детьми.

Консультативная работа с педагогами и родителями, связанная с обсуждением результатов проведенной диагностики, конкретным запросом педагога или родителя в связи с проблемами обучения, общения или психологического самочувствия проводится в течение года.

**III этап обучающий** (ноябрь – май) включает:

- 1) Психологическое просвещение педагогов и родителей.
- 2) Развивающая психолого-педагогическая, коррекционная работа с первоклассниками.

Основная задача данного этапа – профилактика трудностей адаптации у первоклассников.

Содержание (тематика) просветительной и консультативной работы, равно как и формы ее проведения, могут быть достаточно разнообразными и рассчитанными не на один год работы с педагогами и родителями. Примеры наиболее актуальных тем для психолого-педагогического семинара см. Приложение 6.

**IV этап заключительный** (апрель-май):

- 1) Психолого-педагогическая диагностика участников образовательного процесса.
- 2) Консультационная и просветительская работа с родителями.

Основная задача - выявить динамику развития учащихся 1-х классов.

Психолого-педагогическая диагностика участников образовательного процесса включает: - наблюдения на уроках,

- экспертные опросы педагогов, в итоге заполняется карта наблюдения за процессом адаптации, которая предназначена для фиксации наблюдений и оценок учителя по отношению к отдельным детям. В ней представлены параметры, на основании которых можно оценить деятельность ребенка, особенности его эмоционально-волевой сферы и положение в классе (заполняется 2 раза в год, в декабре и апреле). Проводится сравнительный анализ (см. Приложение 7).

- групповая диагностика первоклассников (включает методики, направленные на изучение особенностей сформированности познавательных процессов, произвольности, учебной деятельности и мотивации учения).

Консультационная и просветительская работа с родителями проводится в групповой форме на родительских собраниях: - родительское собрание: «Итоги адаптации детей в школе»; - общее родительское собрание для родителей будущих первоклассников: «Готовность дошкольников к обучению в школе».

### **Содержание коррекционно-развивающих занятий по профилактике трудностей адаптации первоклассников.**

Занятия по сопровождению адаптации первоклассников проводятся по программе «Успешный ученик».

Занятия строятся в доступной и интересной форме. Основное содержание групповых занятий составляли игры и психотехнические упражнения, направленные на развитие познавательной и эмоционально-волевой сферы, навыков адекватного социального поведения школьников. Занятия входят в систему сопровождения адаптации первоклассников к школе, поэтому в ходе их проведения проходят консультации с учителем на протяжении всего учебного года, встречи с родителями детей индивидуально и на родительских собраниях.

Программа рассчитана на 32 занятий по 1 академическим часа. Занятия проводятся 1 раз в неделю со всеми первоклассниками в рамках внеурочной деятельности.

Дополнительно с групповыми занятиями проводятся индивидуальные занятия с этими детьми по развитию когнитивных умений и способностей, необходимых для обучения в школе. Индивидуальные занятия проводятся раз в неделю в течение 20-30 минут.

Программа «Успешный ученик» прилагается (приложение 8)

По результатам проведенной работы по программе психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к школе проводится анализ и составляется справка о итогах адаптации первоклассников к школе. Делается вывод о полученных результатах работы.

## Список литературы

1. Битянова М.Р. Психолог в школе: содержание и организация работы / М.Р.Битянова. – М., 1998.
2. Битянова Л. Психологическое сопровождение детей / Л.Битянова // Школьный психолог. – 2000. – № 10.
3. Вачков И.В. «Психологическая азбука» первый год обучения, Ось – 89, 2003 г.
4. Груздева Ю.В., Богачкина Н.А. «Классные часы с психологом. 1 – 4 классы». – М.: «Глобус», 2009
5. Воднева, Г.Д. Адаптация к школе. Диагностика, предупреждение и преодоление дезадаптации: методическое пособие / Г.Д.Воднева. – Витебск, 2006.
6. Завьялова Т.П., Стародубова И.В. Сборник игровых занятий по развитию памяти, внимания, мышления и воображения у младших школьников. – М.: АРКТИ, - 2010г.
7. Ильина М.В. Развитие вербального воображения. – М.: ПРрометей; Книголюб, 2003г.
8. Истратова О.Н. «Практикум по детской психокоррекции: игры, упражнения, техники» - Ростов-на-Дону «Феникс», 2010
9. Костяк Т.В. «Психологическая адаптация первоклассников» - М.: «Академия», 2008
10. Локалова Н.П. “120 уроков психологического развития младших школьников”, “Ось-89”, 2008.
11. Овчарова Р.В. Практическая психология образования: учеб.пособие – 4-е изд.-М.: Издательский центр «Академия», 2008.
12. Тарабарина Т.И., Соколова Е.И. Что необходимо знать к 1-му классу.- Ярославль: Академия развития, 2003г.
13. Тихомирова, Л.Ф. Развитие познавательных способностей детей: популярное пособие для родителей и педагогов / Л.Ф.Тихомирова. – Ярославль, 1997.
14. Фопель К. «Чтобы дети были счастливы», Генезис, 2005 г.
15. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: программа формирования психологического здоровья у младших школьников / О.В.Хухлаева. – М.: Генезис, 2004 г.
16. Черемошкина Л.В. Развитие памяти детей. популярное пособие для родителей и педагогов. – Ярославль: «Академия развития», 1996г

17. Чибисова М.Ю., Пилипко Н.В. Психолог на родительском собрании.-2-е изд.-М.: Генезис, 2009г.

Интернет-ресурсы:

www.practic.childpsy.ru

## **Приложение 1. Наблюдение**

### **1-я шкала – *учебная активность.***

- 5 – активно работает на уроке, часто поднимает руку, отвечает правильно.
- 4 – на уроке работает, положительные и отрицательные ответы чередуются.
- 3 – редко поднимает руку, но отвечает верно.
- 2 – часто отвлекается, не слышит вопроса, активность кратковременная.
- 1 – пассивен на уроке, даёт отрицательные ответы.
- 0 – учебная активность отсутствует полностью.

### **2-я шкала – *усвоение программных материалов.***

- 5 – правильное и безошибочное выполнение учебных заданий.
- 4 – единичные ошибки.
- 3 – нестабильная успеваемость, перепады правильных и неправильных ответов.
- 2 – плохое усвоение материалов по одному из предметов.
- 1 – частые ошибки, неаккуратность в выполнении заданий, много исправлений, зачёркиваний.
- 0 – плохое усвоение программных материалов, грубые ошибки и их большое количество.

### **3-я шкала – *поведение на уроке.***

- 5 – добросовестное выполнение всех требований учителя, дисциплинированность.
- 4 – выполняет требования учителя, но иногда отвлекается от уроков.
- 3 – часто разговаривает с товарищами, не собран.
- 2 – скован на уроке, напряжён, отвечает мало.
- 1 – выполняет требования частично, вертится, разговаривает.
- 0 – преобладают игровые интересы, на уроке занимается посторонними делами.

### **4-я шкала – *поведение на перемене.***

- 5 – высокая игровая активность, охотно участвует в игровых делах.
- 4 – малая степень активности, предпочитает занятия в классе с кем-либо одним из ребят.
- 3 – активность ребёнка ограничивается занятиями типа: делает уроки, моет доску, убирает класс.
- 2 – не может найти себе никакого применения, переходит из одной группы детей в другую.
- 1 – пассивен, избегает других.
- 0 – часто нарушает нормы поведения.

### **5-я шкала – *взаимоотношения с одноклассниками.***

- 5 – общителен, легко контактирует с детьми.
- 4 – мало инициативен, но легко вступает в контакт, если к нему обращаются.
- 3 – сфера общения ограничена, общается только с некоторыми.
- 2 – предпочитает находиться рядом с детьми, но не вступает с ними в контакт.
- 1 – замкнут, изолирован от других.
- 0 – проявляет негативизм по отношению к другим детям.

### **6-я шкала – *отношение к учителю.***

- 5 – проявляет дружелюбие по отношению к учителю, часто с ним общается.
- 4 – дорожит хорошим мнением учителя о себе, стремится выполнять его требования.
- 3 – старательно выполняет требования учителя, но за помощью часто обращается к одноклассникам.
- 2 – выполняет требования учителя формально, стараясь быть незамеченным.
- 1 – избегает контакта с учителем, при общении с ним теряется, плачет.
- 0 – общение с учителем приводит к отрицательным эмоциям, плачет при любых замечаниях.

### **7-я шкала – *эмоции.***

- 5 – хорошее настроение, часто улыбается.  
 4 – спокойное эмоциональное состояние.  
 3 – эпизодически проявляется снижение настроения (цикличность).  
 2 – отрицательные эмоции преобладают.  
 1 – депрессивное настроение.  
 0 – агрессия.

### Карта наблюдений в период адаптации

Фамилия, имя ребенка \_\_\_\_\_ класс \_\_\_\_\_

Название шкалы	балл	балл	балл	балл
Учебная активность				
Усвоение программного материала				
Поведение на уроке				
Поведение на перемене				
Взаимоотношения с одноклассниками				
Отношение к учителю				
Эмоции				
Общий балл				
Выводы: уровень адаптации				

Высокий уровень адаптации - 28–35 баллов, средний - 21–27 баллов, менее 20 – низкий.

### Карта наблюдения за ребенком в школе:

№	Характеристика	Нет	Иногда	Часто
1.	Беспокойный, неусидчивый, расторможенный.			
2.	Перебивает учителя, часто переспрашивает.			
3.	На замечания учителя не реагирует			
4.	Быстро нарастает утомление, истощение, ребенок становится вялым, безразличным, «ложится на парту», не слышит учителя			
5.	На замечания реагирует плачем, отказом от работы.			
6.	Склонен к истерикам, раздражителен			
7.	Не уверен в своих силах			
8.	Самостоятельная работа вызывает тревогу			
9.	Часто не понимает задания			
10.	Делает ошибки в заданиях, которые знает, как выполнять			
11.	Не может сконцентрироваться на задании			
12.	Быстро забывает инструкцию			
13.	Постоянно отвлекается, требует повышенного внимания учителя			
14.	При выполнении самостоятельных заданий задает много вопросов			
15.	В контакт с детьми вступает с трудом			
16.	Избегает общения с учителем			
17.	Не принимает участия в играх			
18.	На переменах становится особенно агрессивным, неуправляемым (замечания надо повторять несколько раз или держать ребенка за руку)			
19.	Приходит в школу неготовым – постоянно все забывает (карандаши, ручки, тетради и пр.)			
20.	Жалуеться на самочувствие			

## Приложение 2. Опросник для учителя. Психологический анализ особенностей адаптации первоклассников в школе

Л. М. Ковалевой был разработан опросник, который помогает учителю систематизировать свое представление о ребенке, начинающем учиться в школе. Опросник состоит из 46 утверждений; сорок пять из них касаются возможных вариантов поведения ребенка в школе, один — участия родителей в воспитании. Работая с бланком ответов, учитель должен вычеркнуть номера тех высказываний, которые, по его мнению, относятся к данному ученику. Психолог обобщает результаты и получает достаточно полные и четкие сведения о ребенке. Эти сведения могут быть положены в основу более углубленного обследования.

### БЛАНК ОТВЕТОВ

Ф.И. \_\_\_\_\_

1				РО		
2		3	4	НГШ		
5	6			Л		
7	8	9	10	11	НС	
12	13	14	15	16	И	
17	18	19	20	21	ГС	
22	23	24	25	26	ИНС	
27		28	29	30	НП	
31	32	33	34	35	НМ	
36		37	38	39	40	АС
41	42	43	44	45	46	НИД

При работе с опросником учитель на бланке ответов вычеркивает номера, в которых описаны фрагменты поведения, характерные для конкретного ребенка. Бланк разделен вертикальной линией. Если номер вычеркнутого фрагмента находится слева от линии, при обработке засчитывается один, балл, если справа — 2 балла. Максимально возможная сумма баллов — 70. Подсчитав, какую сумму баллов набрал ребенок, можно определить его коэффициент дезадаптации:  $K=(n/70)*100$ , где  $n$  — количество баллов, набранных ребенком.

**Анализ полученных в ходе обследования результатов**, последующее их обсуждение позволяют интерпретировать значения коэффициентов следующим образом:

- показатель до 14 % является нормальным, не дает возможность говорить о каком-либо неблагополучии;
- показатель от 15 до 30 % свидетельствует о средней степени дезадаптации;
- показатель свыше 30 % — серьезная степень дезадаптации;
- если коэффициент свыше 40 %, то дети, как правило, нуждаются в консультации психоневролога.

В бланке ответов все имеющиеся факторы поведения определенным образом сгруппированы. Такое построение бланка дает возможность достаточно быстро сориентироваться, определить, какой фактор (или группа факторов) лежит в основе дезадаптации.

1. РО — родительское отношение.
2. НГШ — неготовность к школе.
3. Л — леворукость.
4. НС - невротические симптомы.
5. И — инфантилизм
6. ГС — гиперкинетический синдром, чрезмерная расторможенность.
7. ИНС — инертность нервной системы.
8. НП — недостаточная произвольность психических функций.
9. НМ — низкая мотивация учебной деятельности.
10. АС — астенический синдром.

## 11. НИД — нарушения интеллектуальной деятельности

### Опросник для учителя

1. Родители совершенно устранились от воспитания, почти не бывают в школе.

2. При поступлении в школу ребенок не владел элементарными учебными навыками (не умел считать, не знал буквы и т. п.).

3. Не знает многое из того, что известно большинству детей его возраста (например, дни недели, времена года, сказки и т. п.).

4. Плохо развиты мелкие мышцы рук (трудности с письмом, неравномерные буквы, тремор и т. п.).

5. Пишет правой рукой, но со слов родителей является переученным левшой

6. Пишет левой рукой.

7. Бесцельно двигает руками.

8. Часто моргает.

9. Сосет палец или ручку.

10. Иногда заикается.

11. Грызет ногти.

12. У ребенка хрупкое телосложение, маленький рост.

13. Ребенок явно «домашний», нуждается в доброжелательной атмосфере, любит, когда его гладят, обнимают.

14. Очень любит играть, играет даже на уроках.

15. Такое впечатление, что он младше других детей, хотя по возрасту им ровесник.

16. Речь инфантильная, напоминает речь 4—5-летнего ребенка.

17. Чрезмерно .беспокоен на уроках.

18. Быстро примиряется с неудачами.

19. Любит шумные, подвижные игры на переменах.

20. Не может долго сосредоточиться на одном задании, всегда старается сделать побыстрее, не заботясь о качестве.

21. После интересной игры, физкультурной паузы его невозможно настроить на серьезную работу.

22. Долго переживает неудачи

23. При неожиданном вопросе учителя часто теряется. Если дать время на обдумывание, может ответить хорошо.

24. Очень долго выполняет любое задание.

25. Домашние задания выполняет гораздо лучше классных (разница очень существенная, больше, чем у других детей).

26. Очень долго перестраивается с одной деятельности на другую.

27. Часто не может повторить за учителем самый простой материал, при этом демонстрирует отличную память, когда речь идет об интересующих его вещах (например, знает марки машин, но не может повторить самое простое правило).

28. Требуется к себе постоянного внимания со стороны учителя. Почти все делает только после персонального обращения: «Пиши!» и т. п.

29. Допускает много ошибок при списывании.

30. Чтобы отвлечь его от задания, достаточно малейшей причины: скрипнула дверь, что-то упало и т. д.

31. Приносит в школу игрушки и играет на уроках.

32. Никогда ничего не делает сверх положенного минимума: не стремится узнать что-то, рассказать.

33. Родители жалуются, что с трудом усаживают его за уроки.

34. Такое впечатление, что на уроках ему плохо, оживает только на переменах.

35. Не любит никаких усилий, если что-то не получается, бросает, ищет каких-то оправданий: рука болит и т. п.

36. Не совсем здоровый вид (бледный, худенький).

37. К концу урока работает хуже, часто отвлекается, сидит с отсутствующим видом.

38. Если что-то не получается, раздражается, плачет

39. Плохо работает в условиях ограниченного времени. Если его торопить, может совсем «отключиться», бросить работу.

40. Часто жалуется на усталость, головную боль.

41. Почти никогда не отвечает правильно, если вопрос поставлен нестандартно, требует сообразительности.

42. Ответы становятся лучше, если есть опора на какие-то внешние объекты (считает пальцы и т. п.).

43. После объяснения учителя не может выполнить аналогичное задание.

44. Затрудняется применять ранее усвоенные понятия, навыки при объяснении учителем нового материала.

45. Часто отвечает не по существу, не может выделить главное.

46. Такое впечатление, что ему трудно понять объяснение, так как основные навыки, понятия у него не сформированы.

### Приложение 3. Анкета для родителей первоклассников

Просим Вас ответить на приведенные ниже вопросы. Подчеркните тот вариант, который кажется Вам наиболее подходящим к Вашему ребенку.

Фамилия, имя ребенка \_\_\_\_\_

1. Охотно ли идет ребенок в школу?
  - неохотно (ДА)
  - без особой охоты (ВДА)
  - охотно, с радостью (А)
  - затрудняюсь ответить
2. Вполне ли приспособился к школьному режиму? Принимает ли как должное новый распорядок?
  - пока нет (ДА)
  - не совсем (ВДА)
  - в основном, да (А)
  - затрудняюсь ответить
3. Переживает ли свои учебные успехи и неудачи?
  - скорее нет, чем да (ДА)
  - не вполне (ВДА)
  - в основном да (А)
  - затрудняюсь ответить
4. Часто ли ребенок делится с Вами школьными впечатлениями?
  - иногда (ВДА)
  - довольно часто (А)
  - затрудняюсь ответить
5. Каков преобладающий эмоциональный характер этих впечатлений?
  - в основном отрицательные впечатления (ДА)
  - положительных и отрицательных примерно поровну (ВДА)
  - в основном положительные впечатления (А)
6. Сколько времени в среднем тратит ребенок ежедневно на выполнение домашних заданий?  
\_\_\_\_\_ (укажите конкретную цифру)
7. Нуждается ли ребенок в Вашей помощи при выполнении домашних заданий?
  - довольно часто (ДА)
  - иногда (ВДА)
  - не нуждается в помощи (А)
  - затрудняюсь ответить
8. Как ребенок преодолевает трудности в работе?
  - перед трудностями сразу пасует (ДА)
  - обращается за помощью (ВДА)
  - старается преодолеть сам, но может отступать (ВДА)
  - настойчив в преодолении трудностей (А)
  - затрудняюсь ответить
9. Способен ли ребенок сам проверить свою работу, найти и исправить ошибки?
  - сам этого сделать не может (ДА)
  - иногда может (ВДА)
  - может, если его побудить к этому (А)
  - как правило, может (А)
  - затрудняюсь ответить
10. Часто ли ребенок жалуется на товарищей по классу, обижается на них?
  - довольно часто (ДА)
  - бывает, но редко (ВДА)

- такого практически не бывает (А)

- затрудняюсь ответить

11. Справляется ли ребенок с учебной нагрузкой без перенапряжения?

- нет (ДА)

- скорее нет, чем да (ВДА)

- скорее да, чем нет (А)

- затрудняюсь ответить

## Приложение 4. Диагностические методики

**Методика М.Р. Гинзбург исследования мотивации учения у первоклассников**  
(Методика разработана в 1988г. М.Р. Гинзбург, экспериментальные материалы и система оценок - в 1993г. И.Ю. Пахомовой и Р.В. Овчаровой.)

*Форма проведения:* индивидуальная.

*Оборудование:* стимульный материал к методике.

### **Инструкция:**

"Сейчас я прочитаю тебе рассказ".

**№1.** "Мальчики (девочки) разговаривали о школе. Первый мальчик сказал: "Я хожу в школу потому, что меня мама заставляет. Если бы не мама, я бы в школу не ходил".

На стол перед ребёнком психолог выкладывает карточку с рисунком

№1: женская фигура с указывающим жестом, перед ней фигура ребёнка с портфелем в руках.  
**(Внешний мотив.)**

**№2.** Второй мальчик (девочка) сказал: "Я хожу в школу потому, что мне нравится делать уроки. Даже если бы школы не было, я всё равно бы учился".

Психолог выкладывает карточку с рисунком № 2- фигура ребёнка, сидящего за партой.  
**(Учебный мотив.)**

**№3.** Третий мальчик сказал: "Я хожу в школу потому, что там весело и много ребят, с которыми можно поиграть".

Психолог выкладывает карточку с рисунком № 3: фигурки двух детей играющих в мяч.  
**(Игровой мотив.)**

**№4.** Четвёртый мальчик сказал: "Я хожу в школу потому, что хочу быть большим. Когда я в школе, я чувствую себя взрослым, а до школы я был маленьким"

. Психолог выкладывает карточку с рисунком № 4: две фигурки, изображённые спиной друг к другу: у той, что повыше, в руках портфель, у той, что пониже, игрушечный автомобиль.  
**(Позиционный мотив.)**

**№5.** Пятый мальчик (девочка) сказал: "Я хожу в школу потому, что нужно учиться. Без учения никакого дела не сделаешь, а выучишься - и можешь стать, кем захочешь".

Психолог выкладывает карточку с рисунком № 5: фигурка с портфелем в руках направляется к зданию. **(Социальный мотив.)**

**№6.** Шестой мальчик сказал: "Я хожу в школу потому, что получаю там пятёрки".

Психолог выкладывает карточку с рисунком № 6. фигурка ребёнка, держащего в руках раскрытую тетрадь. **(Отметка.)**

После прочтения рассказа психолог задаёт вопросы:

- А как по-твоему, кто из них прав? Почему? (Выбор 1)
- С кем из них ты хотел бы вместе играть? Почему? (Выбор 2)
- С кем из них ты хотел бы вместе учиться? Почему? (Выбор 3)

Дети последовательно осуществляют три выбора. Если содержание недостаточно прослеживается в ответе ребёнка, необходимо задать контрольный вопрос: "А что этот мальчик сказал?", чтобы быть уверенным в том, что ребёнок произвёл свой выбор, исходя именно из содержания рассказа, а не случайно указал на одну из шести картинок.

**Обработка результатов.** Ответы (выбор определённой картинки) экспериментатор заносит в таблицу и затем оценивает.

Выборы	Мотивы, №					
	1	2	3	4	5	6
I выбор						
II выбор						
III выбор						
Контрольный выбор						

- Внешний мотив - 0 баллов;
- учебный мотив – 5 баллов;
- позиционный мотив - 3 балла;
- социальный мотив – 4 балла;
- отметка - 2 балла;
- игровой мотив - 1 балл;

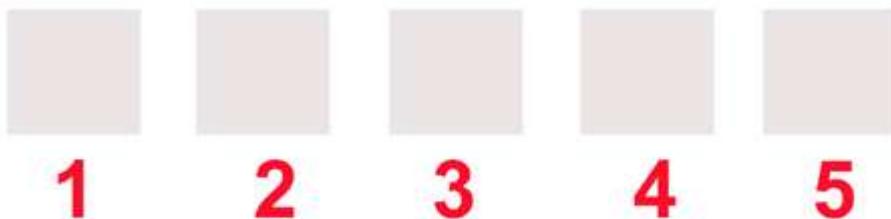
Необходимо подсчитать, сколько баллов набрано отдельно, по каждому мотиву. Контрольный выбор увеличивает количество баллов соответствующего выбора.

Доминирующая мотивация учения диагностируется по наибольшему количеству баллов. Вместе с тем, ребёнок может руководствоваться и другими мотивами. О несформированности мотивации учения свидетельствует отсутствие предпочтений, т.е. различные подходы во всех ситуациях.





2. Диагностика мотивации учения. Мотивационная цветовая анкета (модификация анкеты Н.Г. Лускановой).



**1. Нравится ли тебе в школе?**

Если «нравится» - заштрихуй квадратик красным цветом (26.). Если «не нравится» - синим цветом (Об). Если не знаешь - жёлтым цветом (16.).

**2. Что тебе нравится больше всего?**

Играть с игрушками—заштрихуй квадратик зелёным цветом (Об.). Смотреть телевизор или играть на компьютере - синим цветом (Об.). Заниматься со взрослым - красным цветом (26.). Если не знаешь - жёлтым цветом (16.).

**3. Что тебе в школе нравится больше всего?**

Друзья - заштрихуй квадратик синим цветом (16.).

Занятия - зелёным цветом (26.).

Перемены—красным цветом (Об.). Если не знаешь - жёлтым цветом (16.).

**4. Хотел бы ты ещё на год остаться в детском саду?**

Хотел бы - заштрихуй квадратик синим цветом (Об.).

Не хотел бы - красным цветом (26.).

Если не знаешь - жёлтым цветом (16.).

### 5. Если бы была возможность учиться дома с мамой, ты бы согласился?

Да - заштрихуй квадратик синим цветом (1 б.).

Нет - красным цветом (2б.). Если не знаешь - жёлтым цветом (1 б.).

#### **Оценка:**

10 – 8 б. - положительная мотивация;

7-5 б. -внешняя мотивация;

4-2 б. -низкая мотивация;

Менее 2 б. - негатив к школе.

### 3. Тест «Рисунок школы»

**Цель:** определение отношения ребенка к школе и уровня школьной тревожности.

Ребенку дают лист А4, цветные карандаши и просят: «Здесь на листе бумаги нарисуй школу».

Беседа, уточняющие вопросы о нарисованном, комментарии записываются на обратной стороне рисунка.

### Обработка результатов

**Эмоциональное отношение к школе и учению оценивается по 3 показателям:**

- 1) цветовая гамма;
- 2) линия и характер рисунка;
- 3) сюжет рисунка.

При анализе рисунка по каждому из этих показателей выставляется балльная оценка, затем баллы складываются.

#### **1) Цветовая гамма:**

**2 балла** – в рисунке преобладают яркие, чистые, светлые тона и их сочетания (желтый, светло-зеленый, голубой, т.д.)

**0 баллов** – рисунок выполнен в темных тонах (темно-коричневый, темно-зеленый, черный).

**1 балл** – в равной степени присутствуют светлые и темные тона.

#### **2) Линия и характер рисунка:**

**2 балла** – объекты прорисованы тщательно и аккуратно; используются длинные, сложные линии различной толщины, нет «разрывов» контура.

**0 баллов** – объекты изображены нарочито небрежно, схематично; линии двойные, прерывающиеся, одинаковой длины и толщины, слабая линия.

**1 балл** – в рисунке присутствуют обе характеристики.

### 3) Сюжет рисунка:

**2 балла** – симметричное изображение (рисунок школы занимает центральное место на листе);

- наличие деталей и украшений, элементов декорирования, изображение различных предметов, оживляющих пейзаж (цветы, деревья, плакаты, флаги, занавески на окнах, др.);
- изображение детей, идущих в школу или сидящих за партами, учителя и «процесса учения»;
- время года – весна, лето (солнце, нет туч);
- изображение светлого времени суток.

**0 баллов** –

- асимметричность рисунка;
- отсутствие деталей и украшений;
- отсутствие людей или изображение детей, уходящих из школы;
- время года – осень, зима (темное небо, идет дождь или снег);
- время суток – ночь или вечер.

**1 балл** – обе характеристики присутствуют.

### Анализ результатов

**6-5 баллов** – у ребенка сложилось эмоционально благополучное отношение к школе и учению, он готов к принятию учебных задач и взаимодействию с учителем.

**4-2 балла** – у ребенка есть некоторая тревога по поводу школьного обучения как незнакомой для него ситуации, необходимо расширить круг его знаний и представлений о школьно-учебной деятельности, формировать положительное отношение к учителю и одноклассникам; причинами тревог может быть нервозность и необдуманные высказывания взрослых, негативный опыт обучения в школе старших детей.

**1-0 баллов** – у ребенка явно выраженный страх перед школой, часто это приводит к неприятию учебных задач и отказу от учебной деятельности, трудностям в общении с учителем и одноклассниками.

4. В целях изучения тревожности детей, связанной со школьным обучением, используются *два опросника «Школьная тревожность»*, которые заполняются учителями и родителями.

### Опросник для учителей

№	Показатели тревожности	Часто (2б)	Иногда (1б)	Никогда (0б)
1.	Ребёнок боится отвечать у доски			
2.	Во время ответа начинает заикаться			
3.	При обращении учителя легко краснеет			
4.	Не уверен в правильности своих ответов, действий			
5.	Панически реагирует на неудачи в учёбе			
6.	Очень боится ошибиться при ответе			
7.	Считает, что к нему плохо относятся в классе			
8.	На уроке грызёт ногти, сосёт пальцы, крутит волосы			

9.	Во время ответа совершает беспокойные движения пальцами			
----	---	--	--	--

### Опросник для родителей

№	Показатели тревожности	Часто (26)	Иногда (16)	Никогда (06)
1.	Перед уходом в школу жалуется на плохое состояние			
2.	Считает себя плохим учеником			
3.	Боится, что не сможет правильно отвечать на вопросы учителя			
4.	Жалуется на плохое отношение одноклассников, учителя к себе			
5.	В школе неохотно расстается с родителями			
6.	Бывают ночные страхи со школьной тематикой			
7.	Избегает разговоров о школе			
8.	Открыто выражает страх перед школой			

Количественным показателем выраженности школьной тревожности является сумма баллов, полученных при оценивании ребёнка учителями и родителями. Результаты применения опросника «Школьная тревожность» удобно оформить в виде таблицы.

Ф. И. ученика	Оценка показателей тревожности учителем								Оценка показателей тревожности родителями								Общий балл	
	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8		

### Приложение 5. Карта адаптации

ФИ ученика \_\_\_\_\_

класс \_\_\_\_\_

Дата рождения: \_\_\_\_\_

**Сведения о семье:**

**Категория семьи (нужное подчеркнуть):**

Полная/неполная/многодетная/малообеспеченная/опека/неблагополучная

**Количество детей в семье:** \_\_\_\_\_

**Жилищные условия (нужное подчеркнуть):**

Своя квартира /снимают жилье/живут в общежитии/на подселении/совместно с родственниками/другое: \_\_\_\_\_

<b>Мать:</b> _____		<b>Отец:</b> _____	
Образование (высшее,	Работа (руководитель,	Образование (высшее,	Работа (руководитель,

н/выс, среднее, неполное)	служащий, специалист, рабочий, безработный)	н/выс, среднее, неполное)	служащий, специалист, рабочий, безработный)

### КАРТА АДАПТАЦИИ

№ п/п	Показатели адаптации	Уровень (поставить балл в соответствии с ключом).
1.	Настроение ребенка	
2.	Контакты со сверстниками	
3.	Познавательная активность	
4.	Дисциплина	
5.	Реакции агрессии, гнева	
6.	Страх	
7.	Двигательная активность на перемене	
8.	Общее самочувствие	
9.	Усвоение программы	

#### Ключ к карте адаптации:

1. **Настроение ребенка**
  - a. Настроение стабильное, эмоционально уравновешенное – 1
  - b. Эпизодические проявления снижения настроения – 2
  - c. Легкая депрессия, из которой ребенок выходит в случае интересных заданий – 3
  - d. Вялость, рассеянность – 4
  - e. Заторможенность, истерия, плач – 5
  - f. Выражение негативного отношения к школе – 6
  - g. Полное нежелание идти в школу - 7
2. **Контакты со сверстниками**
  - a. Легко и уверенно входит в коллектив – 1
  - b. Активно ищет и устанавливает контакты со сверстниками – 2
  - c. Инициативы в установлении контактов не проявляет, но при случае выражает готовность «сотрудничать» со сверстниками – 3
  - d. Робок, малоинициативен, избирателен в общении – 4
  - e. Не поддерживает социальных контактов - 5
  - f. Замкнут, недоверчив, стремится изолироваться от сверстников - 6
3. **Познавательная активность**
  - a. На уроках проявляет активность и интерес – 1
  - b. Посещает все уроки без принуждения – 2
  - c. Проявляет избирательный интерес к определенным урокам и остается равнодушным к другим – 3
  - d. Учится без видимого желания – 4
  - e. Не проявляет интереса к учебе, тяготится ею - 5
4. **Дисциплина**
  - a. С особой тщательностью и усердием выполняет все требования учителя – 1
  - b. Выполняет практически все требования учителя, усидчив, старателен, мало отвлекается – 2
  - c. Пытается идти в ногу с классом, но это не всегда получается из-за несобранности – 3
  - d. Требования учителя выполняет неохотно – 4
  - e. На уроках часто отвлекается – 5
  - f. Игнорирует требования учителя - 6
5. **Реакции агрессии, гнева**

- a. Гнев проявляет редко, когда возникает необходимость, агрессия отсутствует – 1
  - b. Гнев практически отсутствует в силу характерологических особенностей – 2
  - c. Гнев отсутствует в связи со сниженным настроением – 3
  - d. Гнев отсутствует совершенно, ребенок не может постоять за себя – 4
  - e. Не всегда мотивированные проявления агрессии в отношении сверстников – 5
  - f. Отчетливые и частые проявления агрессии в отношении сверстников и даже учителя - 6
- 6. Страх**
- a. Страх отсутствует – 1
  - b. Эпизодически робок, застенчив, стеснителен – 2
  - c. Робок, застенчив, легко теряется – 3
  - d. Страх ярко выражен – 4
  - e. В случае выраженной тревоги и неуверенности ищет защиты у учителя - 5
- 7. Двигательная активность на перемене**
- a. Ребенок подвижен, активен - 1
  - b. Двигательная активность очень высока и проявляется в шумных развлечениях, шалостях – 2
  - c. Двигательная активность низкая – 3
  - d. Двигательная активность всегда низкая - 4
- 8. Общее самочувствие**
- a. Жалоб не предъявляет, чувствует себя бодрым – 1
  - b. Активно не жалуется, но после уроков возникает чувство усталости – 2
  - c. Периодически жалуется на недомогания – 3
  - d. Жалобы принимают устойчивый характер – 5
  - e. Проявление невротических расстройств - 6
- 9. Усвоение программы**
- a. Легко, с опережением – 1
  - b. В норме – 2
  - c. Удовлетворительно, с отдельными трудностями – 3
  - d. Серьезные затруднениями – 4

Количество баллов	Уровень адаптации	Оценка ситуации
9-17	высокий	Благоприятная
18-24	средний	Условно благоприятная
25 – 35	Низкий	Тревожная
Выше 35	Критический	Неблагоприятная

### **Приложение 6. Темы просветительной и консультативной работы**

- Адаптация к школе. Предупреждение и преодоление дезадаптации.
- Психологическое здоровье личности и ее адаптированность.
- Возрастные особенности младшего школьника. Ориентация на них в педагогической деятельности.
- Особенности проявления кризиса 7 лет.
- Готовность к школе: физиологическая, социальная, психологическая.
- Психологический статус школьника: ориентиры для развития.

- Неблагоприятные варианты развития младшего школьника: хроническая неуспешность и школьная тревожность; "уход от деятельности"; негативное самопредъявление (демонстративность); социальная дезориентация; вербализм и интеллектуализм и др.
- Психологические компоненты учебной деятельности. Становление и развитие самостоятельной учебной деятельности.
- Познавательные процессы личности, методы и приемы их диагностики и развития.
- Мотивация учения школьников и факторы ее развития.
- Психологический климат школы (класса) как фактор развития личности.
- Развивающее и развивающееся взаимодействие на уроке.
- Условия и средства создания детского коллектива.
- Отметка и оценка. Их роль в развитии младшего школьника.
- Организация "ситуации успеха" на уроке и во внеурочной деятельности.
- Мониторинг качества образования в начальной школе: психологические критерии и показатели, диагностический инструментарий.
- Развитие рефлексивных способностей субъектов образования как условие их саморазвития.
- Игра на уроке и после. Психологические особенности игрового взаимодействия.

#### **Приложение 7. Диагностические методики для углубленного обследования первоклассников.**

<b>Название методики</b>	<b>Цель</b>
«Детский тест тревожности», «Опросник школьной тревожности Филипса»	
«Графический диктант» Д.Б.Ельконина, «Образец и правило».	Уровень развития произвольности и самоорганизации
«Счёт с переключением», «Шифровка».	Работоспособность. Подвижность психических функций, медлительность
<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Исследование вербально- логического мышления»,</li> <li>• изучение слуховой памяти «10 слов»,</li> <li>• исследование внимания «Текст с пропусками»,</li> <li>• диагностика зрительно-моторной координации «Гештальт-тест Бендр».</li> </ul>	Уровнем развития познавательной сферы.

#### **Приложение 8. Рабочая программа внеурочной деятельности в 1 классе «Успешный ученик»**

##### **Пояснительная записка**

*Рабочая программа по внеурочной деятельности «Успешный ученик» разработана для занятий с учащимися 1 класса в соответствии с новыми требованиями ФГОС начальной ступени общего образования второго поколения.*

Рабочая программа разработана на основе программы формирования психологического здоровья младших школьников «Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе». Хухлаева О.В. Москва: Генезис, 2012г.

Начало обучения в школе – один из наиболее сложных и ответственных моментов в жизни детей – как в социально-психологическом, так и в физиологическом плане. Это не только новые условия жизни и деятельности, но и новые контакты, новые отношения, новые обязанности. Изменяется вся жизнь ребенка: все подчиняется учебе, школе, школьным делам и заботам. Это очень напряженный период, прежде всего, потому, что школа с первых же дней ставит перед учениками целый ряд задач, не связанных непосредственно с их опытом, требует максимальной мобилизации интеллектуальных и физических сил.

С самых первых дней в школе детям очень важно почувствовать себя успешным – и в учебной деятельности, и в классном коллективе. В целом, они уже умеют управлять собой, осознанно выбирать стиль поведения, одобряемый взрослыми. Больше всего они хотят нравиться в том, что они делают и как они это делают, заслужить одобрение значимых взрослых, т.е. учителя (он на первом месте) и родителей. Первоклассникам предстоит приспособиться к функционированию в новой среде, т.е. адаптироваться. Адаптированный ребенок – это ребенок, приспособленный к полноценному развитию своего личностного, физического, интеллектуального и других потенциалов в данной ему новой среде.

Данная программа – одна из составляющих психологического сопровождения адаптации первоклассников и вариант формирования у них универсальных учебных действий.

**Цель работы:** формирование и сохранение психологического здоровья первоклассников через создание условий для их успешной адаптации к школьной жизни.

#### **Задачи:**

1. Помочь учащимся осознать новые требования, формировать внутреннюю потребность в их исполнении (**регулятивные УУД**).
2. Формировать устойчивую учебную мотивацию на фоне позитивной “Я-концепции”  
Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей - установку преодоления. (**личностные УУД**)
3. Учить детей распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу, понимать чувства другого человека. Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом и учителем (**коммуникативные УУД**).
4. Развитие у детей когнитивных умений и способностей, необходимых для успешного обучения в начальной школе. (**познавательные УУД**).

Работа ведется в форме групповых развивающих занятий. Вся необходимая индивидуальная коррекционная работа осуществляется по необходимости, в отдельное для каждого ребёнка время.

#### **Структура занятий**

Приветствие

Упражнение-активатор (игры на эмоциональный разогрев)

Основная часть

Рефлексия

Прощание

**Метапредметными результатами** курса является формирование универсальных учебных действий (УУД).

#### **1 класс**

*Регулятивные УУД:*

- овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;
- извлекать с помощью учителя необходимую информацию из литературного текста
- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя
- учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению
- строить речевое высказывание в устной форме

#### *Познавательные УУД:*

- уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя
- учиться исследовать свои качества и свои особенности
- учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя
- учиться наблюдать
- моделировать ситуацию с помощью учителя

#### *Коммуникативные УУД:*

- учиться доверительно и открыто говорить о своих чувствах
- учиться работать в паре и в группе
- выполнять различные роли
- слушать и понимать речь других ребят
- осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией.

#### **Ожидаемые результаты:**

- социально-психологическая адаптация учащихся;
- самостоятельное и уверенное поведение;
- повышение учебной мотивации.

#### **Отслеживание результатов:**

- наблюдение;
- диагностика (тестирование, анкетирование, беседа)

При проведении занятий по курсу необходимо использование следующих технологий:

1. Личностно-ориентированные технологии.
2. Технологию разноуровневого (дифференцированного) обучения.
3. Диалогические технологии.
4. Технологии проблемного обучения (исследовательский метод).
5. Коммуникативно-информационные технологии.
6. Технология учебно-игровой деятельности.

#### **Содержание программы «Успешный ученик»**

##### **Раздел 1. Я школьник (10 часов)**

Знакомство. Как зовут ребят моего класса. Зачем мне нужно ходить в школу. Я в школе. Мой класс. Какие ребята в моем классе. Мои друзья в классе. Мои успехи в школе. Моя «учебная сила».

##### **Раздел 2. Мои чувства (7 часов)**

Мимика. Жесты. Радость можно подарить другому. Грусть. Страх. Как справиться со страхом. Гнев, с какими чувствами он дружит. Обида. Разные чувства. Настроение.

##### **Раздел 3. Мой характер (6 часов)**

Мои привычки. Мои поступки. Этикет общения. Добрые дела. Помощь другому. Что я знаю о своем характере.

#### Раздел 4. Мои знания (9 часов)

Учимся быть внимательными. Запоминаем. Мыслим, отгадываем. Сравниваем, чем похожи и чем отличаются. Умники и умницы

#### Список литературы

1. *Айзенк Р.* Познай свои способности! М., 1992.
2. *Вачков И.В.* Психология для малышей. М.: Педагогика – Пресс, 1996.
3. *Гамезо М.В., Домашенко И.А.* Атлас по психологии. М.: Просвещение, 1989.
4. *Добрович А.Б.* Воспитателю о психологии и психогигиене общения. М., 1887.
5. Игры: обучение, тренинг, досуг // под ред. Петрусинского В.В. М.: Новая школа, 1994.
6. Как улучшить собственную память. Екатеринбург: Диамонт, 1992.
7. *Никитин Б.П.* Ступеньки к творчеству, или Развивающие игры. М.: Просвещение, 1990.
8. Познавательные процессы и способности в обучении // под ред. Шадрикова В.Д. М, 1990.
9. Психология. Словарь // под ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского, М, 1990.
10. *Самоукина Н.В.* Игры в школе и дома. М.: Новая книга. 1993.
11. Тактильная память // составитель Матюгин И.Ю. М.: Центр “Эйдос”, 1991.
12. *Тихомирова Л.Ф.* Развитие интеллектуальных способностей ребенка. Младший возраст. М.: Рольф, 2001.
13. Ты меня понимаешь? // составитель Васильева Т.В.. С-Петербург, 1994.
14. *Фопель К.* Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения. В 4-х частях. М.: Генезис, 2000..
15. *Шмаков С.А.* Игры-шутки, игры-минутки. М.: Новая школа, 1994.
16. *Шуркова Н.Е.* Собрание пестрых дел. М.: Новая школа, 1994.
17. И.В.Рахловская «Вместе играем, учимся, переживаем»
18. С.И.Семенака «Социально-психологическая адаптация ребёнка в обществе»
19. Ключева Н.В., Касаткина Ю.В. Учим детей общению. Характер, коммуникабельность: Популярное пособие для родителей и педагогов. Ярославль, 1996
20. Сартан Г.Н. Тренинг самостоятельности у детей. М., 1998

#### Интернет-ресурсы.

- <http://pedsovet.org/> - Всероссийский интернет-педсовет;
- <http://it-n.ru/> - сеть творческих учителей;
- <http://viki.rdf.ru/> - детские электронные презентации и клипы;
- <http://festival.1september.ru/> - Фестиваль педагогических идей "Открытый урок";
- [www.alleng.ru](http://www.alleng.ru) – сайт информационных ресурсов;
- <http://www.ug.ru> - сайт «Учительской газеты»;
- <http://www.kinder.ru/default.htm> - Интернет для детей;
- <http://www.km.ru> – портал компании «Кирилл и Мефодий».
- <http://catalog.iot.ru> – каталог интернет-ресурсов по образованию;
- <http://nsportal.ru/> - социальная сеть работников образования

## ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Название темы	Кол-во часов	Универсальные учебные действия (УУД)
1.	Психологический круг « <i>Знакомство</i> » (коммуникативные игры на сближение и взаимодействие).	1	<b>Р</b> Ориентируются на образец и правило выполнения действия <b>П</b> Выделяют и формулируют познавательную цель с помощью учителя <b>К</b> Слушают и понимают речь других ребят <b>Л</b> Формируют положительное отношение к школе
2.	<i>Как нам живётся в школе?</i> (Рисуночный тест школьной адаптации).	1	<b>Р</b> Самостоятельно оценивают правильность выполнения действия и вносят коррективы <b>П</b> Слушают и понимают речь других <b>К</b> Умеют задавать вопросы и участвовать в диалоге <b>Л</b> Ориентируются на содержательные моменты школьной действительности
3.	« <i>Что такое ЭТИКЕТ?</i> » Вежливые слова и правила общения. Игры на взаимодействия.	1	<b>Р</b> Осуществляют пошаговый и итоговый контроль по результату <b>П</b> Пересказывают небольшие тексты <b>К</b> Строят простое речевое высказывание <b>Л</b> Формируют положительное отношение к школе
4.	« <i>Что значит быть учеником?</i> » (Беседа и ролевые игры на закрепление и применение школьных правил, составление РЕЖИМА ДНЯ).	1	<b>Р</b> Планируют совместно с учителем свои действия в учебной и жизненной ситуации <b>П</b> Строят речевое высказывание в устной форме с помощью учителя <b>К</b> Слушают, понимают речь других людей <b>Л</b> Ориентируются в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и окружающих
5.	Я в школе. « <i>Путешествие в страну Знаний</i> » .	1	<b>Р</b> Осваивают правила планирования, контроля способа решения <b>П</b> Группируют предметы и их образы по заданным признакам <b>К</b> Строят понятные для партнера высказывания <b>Л</b> Соблюдают правила игры и дисциплины
6.	« <i>Если б сбывались мечты!..</i> » (развитие речи и творческого воображения).	1	<b>П</b> Находят ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт <b>К</b> Выполняют различные роли <b>Л</b> Формируют положительное отношение к школе

7.	« <i>Мои хорошие привычки</i> » (тест самооценки).	1	<b>Р</b> Осваивают правила планирования, контроля способа решения  <b>Л</b> Ориентируются в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и окружающих
8.	« <i>Моё поведение</i> » (в общественных местах: школа, библиотека, магазин,)	1	<b>Р</b> Осваивают правила поведения, умения контролировать поведение <b>К</b> Слушают, понимают речь других людей
9.	« <i>Мои увлечения</i> »: создание коллективного рисунка-коллажа	1	<b>Л</b> развитие речи <b>К</b> Слушают, понимают речь других людей, развитие сотрудничества.
10.	Игры и упражнения, развивающие память и внимание.	1	<b>П</b> развитие внимания памяти, мышления
11.	« <i>Умники и умницы</i> » (урок-викторина).	1	<b>П</b> развитие внимания памяти, мышления <b>К</b> Строят речевое высказывание, Учатся взаимодействовать
12.	Методика «Бусы». Развитие памяти и внимания (упражнения).	1	<b>Р.</b> Самостоятельно планируют оценивают правильность выполнения действия и вносят коррективы <b>П</b> Учатся быть внимательными, Классифицируют объекты под руководством учителя
13.	Радость. Как ее доставить другому человеку. Добрые слова.	1	<b>Р</b> Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми <b>П</b> Умеют распознавать и описывать свои чувства под руководством учителя <b>К</b> Умеют договариваться <b>Л</b> Формируют положительное отношение к школе
14.	Урок-фантазия « <i>Новогодняя сказка</i> » (развитие речи и воображения).	1	<b>П.</b> развитие речи и воображения <b>К</b> Учиться слушать и понимать речь других ребят
15.	Люди отличаются друг от друга своими качествами. « <i>Мой класс – мои друзья</i> »	1	<b>Р</b> Учатся осознавать свои трудности и стремятся их преодолевать <b>П</b> Развитие восприятия, воображения. Осуществляют поиск и выделяет конкретную информацию с помощью учителя <b>К</b> Имеют первоначальные навыки работы в группе <b>Л</b> Оценивают результаты своей деятельности
16.	Тест Р. Жилия (изучение м/л отношений в классе).	1	<b>Р</b> Оценивают различные ситуации, делают выбор

			Л Оценивают результаты своей деятельности
17.	«В стране добрых дел»: сочиняем сказку о помощи друзьям	1	К развитие воображения и чувства товарищества).
18.	«Что я знаю о своём характере?» (Игра «Розовое зеркало».	1	Л Овладевают способами самооценки II Находят ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт
19.	Коммуникативные игры: игра «Горячий стул».	1	К Выполняют различные роли Л Формируют доброжелательное отношение к другому человеку
20.	Методика «Варежки». Учимся работать вместе.	1	К. Умение работать в группе, умение договариваться
21.	«Как управлять своим настроением» (эмоциональный тренинг)	1	Р. Умение управлять собой, контролировать свое поведение
22.	«Тропинка в мир моей души» - релаксационные занятия.	1	Р. Умение управлять собой, контролировать свое поведение
23.	С каким чувством дружит гнев. Работа с гневом. Развитие саморегуляции	1	Р Овладевает способами самооценки выполнения действия II Учатся распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя К Учитывают разные мнения Л Анализируют и систематизируют полученные умения и навыки
24.	Обида. Страх. Как справиться со страхом.	1	Р Адекватно воспринимают предложения и оценку учителя, товарищей II Учатся рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя К Учатся работать в паре и группе Л Проявляют сопереживание к другим людям
25.	«Этика диалога». Разговор по телефону, в транспорте, в магазине (ролевые игры).	1	К. умение вежливо общаться, знать правила культурного поведения
26.	Упражнения, развивающие гибкость мышления .	1	II. развитие воображения, фантазии, креативности мышления
27.	Игры и упражнения на развитие эрудиции.	1	II Учатся быть внимательными, Классифицируют объекты под руководством учителя
28.	Познавательные УУД. Я – успешный ученик. Развитие памяти, внимания, мышления.	1	II Учатся быть внимательными, Классифицируют объекты.
29.	(выполнение теста «Существенные признаки», ШТИР).	1	II Учатся быть внимательными, Обобщают, выделяют лишнее, вместе со взрослым учатся выделять

			существенные признаки.
30.	«Разные чувства»	1	<p><b>Р</b> Учатся осознавать свои трудности и стремятся преодолевать их</p> <p><b>П</b> Высказывают свое мнение</p> <p><b>К</b> Ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии</p> <p><b>Л</b> Умеют выражать себя в различных видах творческой и игровой деятельности</p>
31.	« <i>Мои достижения</i> » (анализ результатов в учёбе, спорте, искусстве и т.д.)	1	<b>Л</b> Овладевает способами самооценки , повышение учебной мотивации
32.	Моя учебная сила. Итоговое занятие.	1	<p><b>Р</b> Учитывают выделенные учителем ориентиры действия в учебном материале</p> <p><b>П</b> Классифицируют объекты под руководством учителя</p> <p><b>К</b> Принимают чужую точку зрения</p> <p><b>Л</b> Знают правила игрового общения</p>
Всего:		<b>32</b>	