

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ЛИЦЕЙ №554  
ПРИМОРСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

**ПРИНЯТО**

Педагогическим советом  
ГБОУ Лицей № 554  
Приморского района  
Санкт-Петербурга  
протокол № 1 от 28.08.2020

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор ГБОУ Лицей № 554  
Приморского района  
Санкт-Петербурга

Безборода И.Н.  
Приказ № 181 -1 от 28.08.2020



**ПРОГРАММА**

**Адаптация детей к школе.  
Диагностическая программа для работы с  
первоклассниками**

Автор-составитель:  
Яцкова О.Ю.  
педагог-психолог

Санкт-Петербург  
2020

## **Адаптация детей к школе. Диагностическая программа для работы с первоклассниками**

### **Актуальность программы.**

**Школьная дезадаптация** – это образование неадекватных механизмов приспособления ребенка к школе в форме нарушений учебы и поведения, конфликтных отношений, психогенных заболеваний и реакций, повышенного уровня тревожности, искажений в личностном развитии.

Очень сложным для первоклассников является период адаптации к школе. Обычно он составляет от 4 до 8 недель. В адаптационный период некоторые дети очень шумны, на уроках часто отвлекаются, другие, напротив, зажаты, скованны, излишне робки, при малейшей неудаче или замечании плачут. У некоторых детей нарушается сон, аппетит. Они становятся очень капризными. Вдруг возрастает интерес к играм, игрушкам и книжкам совсем маленьких детей. Увеличивается количество заболеваний.

Все эти нарушения связаны с той нагрузкой, которую испытывает психика ребенка, его организм в связи с резким изменением образа жизни, значительным увеличением и качественным усложнением тех требований, которым ребенок должен отвечать.

Большинство детей адаптируется к школе достаточно быстро. Однако есть первоклассники, у которых этот процесс сильно затягивается, а у некоторых полноценной адаптации к школе на первом году обучения так и не происходит. Такие дети часто и долго болеют, причем болезни носят психосоматический характер. Эти дети составляют группу риска с точки зрения возникновения различных форм школьной дезадаптации. Дети с затянувшимся процессом адаптации во всех отношениях нуждаются в особом отношении со стороны психологов.

Оказание своевременной помощи детям, испытывающим трудности в процессе адаптации, может в значительной степени сгладить негативное влияние острой адаптации и содействовать скорейшему включению ребенка в учебный процесс и, как следствие, предупреждение развития острых форм школьной дезадаптации. Отсюда возникает проблема определения школьников, в наибольшей степени нуждающихся в такой помощи.

### **Цель программы.**

Определение и содействие в организации условий для успешной адаптации первоклассников к обучению в школе.

### **Задачи программы.**

- Выявление детей, имеющих трудности в процессе адаптации к обучению в школе.
- Выяснение причин затруднений
- Планирование и организация необходимой помощи

### Адресат.

Программа предназначена для проведения диагностики в 1-ых классах общеобразовательных школ любого уровня. Возраст детей 6, 5 – 8 лет. Программа может быть использована в классах, работающих по различным учебным программам.

### Условия проведения.

Диагностика проводится фронтально, в групповой форме. Классы разбиваются на группы. Количество детей в группах 8-10 чел. По времени проведения обследование занимает примерно 30-40 мин. (1 урок).

Обследование проводится не ранее, чем через 6-7 недель после начала учебы по окончании периода острой адаптации.

### Оснащение.

Наборы цветных карандашей, состоящие из 6-ти основных цветов (красного, синего, зеленого, желтого, коричневого, черного); ответные бланки.

### Предполагаемый результат.

В результате внедрения программы предполагается снижение сроков введения в учебный процесс детей, имеющих различные трудности в процессе адаптации, что ведет к снижению количества дезадаптированных учащихся.

### Учебно-тематический план.

N п/п	Этапы работы	Цели работы	Виды работы	Временные затраты
1	Организационный	Организация работы в ОУ	Собеседование с администрацией и педагогами; Планирование работы, определение места работы и сроков; Определение ответственных за исполнение со стороны ОУ; Подготовка необходимых раздаточных материалов;	2 часа
2.	Диагностический	Определение особенностей адаптации учащихся	<b>Диагностика</b>	1 час/ на группу 10-12 чел

3.	Аналитический	Определение необходимых видов психологической помощи	Обработка и анализ полученных диагностических результатов; Составление рекомендаций для педагогов и родителей; Планирование дальнейшей психолого-педагогической помощи учащимся с проблемами в адаптации;	4 часа/на класс
4.	Информационно-просветительский	Помощь в организации индивидуального подхода к школьникам с трудностями в адаптации	Беседы с учителями, консультации для учителей и родителей; Участие в педагогических советах и методических объединениях учителей, родительских собраниях;	По 2 часа/на вид работы
5		Анализ эффективности работы	Повторная диагностика; беседы с учителями; анализ эффективности групповых занятий;	2 час/на класс

### Содержание программы.

Программы состоит из нескольких методик. Они подобраны таким образом, чтобы наиболее полно отразить возможные трудности в адаптации детей к школе. Они просты в исполнении, адекватны возрастным особенностям школьников, не трудоемки в обработке. Они позволяют провести исследование в групповой форме, в условиях, наиболее приближенных к школьной деятельности. Практика показывает, что учащиеся с интересом относятся к исследованию, что предполагает большую достоверность результатов.

### Описание диагностических методик.

#### Методика 1 « Эмоциональное отношение»

**Назначение:** определение эмоционального отношения детей к учителю, школе, к маме и к себе.

**Инструкция:** Возьмите свои карандаши. Посмотрите на них внимательно. Выберите самый приятный по цвету карандаш и раскрасьте первый кружок на бланке. Отложите карандаш. Из оставшихся карандашей выберите самый приятный по цвету и раскрасьте следующий кружок. Отложите карандаш. (Процедура повторяется, пока не останется 2 кружка). Из оставшихся 2-х карандашей выберите самый неприятный цвет и раскрасьте последний кружок. Последним карандашом раскрасьте пустой кружок.



Теперь мы поиграем в игру. Внимательно посмотрите на свои карандаши. Выберите цвет, который подходит к слову «праздник». Раскрасьте кружок. Карандаши больше не откладывайте. Выберите цвет, который подходит к слову «болезнь». Раскрасьте кружок.

Выберите цвет, который подходит к слову «учитель». Раскрасьте кружок.

Выберите цвет, который подходит к слову «школа». Раскрасьте кружок.

Выберите цвет, который подходит к слову «мама». Раскрасьте кружок.

Выберите цвет, который подходит к слову «я». Раскрасьте кружок.

**Процедура:** детям предлагается выбрать карандаш самого приятного для них цвета и закрасить первый кружок на ответном бланке. Далее следует отложить этот карандаш и закрасить следующий кружок. Таким образом закрашиваются первые четыре кружка. Затем из оставшихся двух карандашей предлагается выбрать самый неприятный цвет и закрасить последний кружок. Оставшийся кружок закрашивается оставшимся карандашом.

Затем детям предлагается поиграть в игру. Им предлагается слово «праздник». Для него нужно подобрать карандаш подходящего цвета и закрасить первый кружок снизу. Следующее слово, которое нужно «раскрасить», это слово «болезнь». Игра с этими словами является подготовительным этапом к процедуре тестирования. Акцентируется внимание детей, что для первого слова они выбрали солнечные яркие цвета (основные цвета по тесту Люшера), а для второго - темные мрачные цвета. Обращается внимание детей, что у каждого ребенка свой собственный выбор, который может не совпадать с выбором соседа.

Далее детям предлагается внимательно посмотреть на все свои карандаши и выбрать подходящий для слова «учитель». Следует акцентировать внимание на том, чтобы дети, выбирая цвет, не соотносили его с костюмом учителя.

Далее выбор делается для понятий: «школа», «мама», «я». Следует напомнить детям, что выбор делается каждый раз из всех шести цветов и можно их повторять.

#### **Интерпретация.**

В первую очередь следует обратить внимание на ранжирование ребенком цветов. Показателем, вызывающим тревогу, является постановка черного или коричневого цветов на одно из первых мест. Подобная раскладка может свидетельствовать о неблагоприятном эмоциональном состоянии ребенка.

Далее определяется эмоциональное отношение ребенка к наиболее значимым для него понятиям: учителю, школе, маме и себе самому. Для этого определяется, как соотносятся выбранные ребенком цвета по отношению к вышеперечисленным понятиям с цветовой раскладкой самого же ребенка. Например, если ребенок выбрал по отношению к школе красный цвет, и этот цвет в его раскладке находится на 1-ом или 2-ом месте, то отношение к школе характеризуется, как эмоционально положительное. Если красный цвет в раскладке стоит на 3-ем или 4-ом месте, то отношение к школе будет нейтральное. Если же красный цвет стоит на 5-ом или 6-ом местах, то у данного ребенка отмечается эмоциональное отвержение школы.

Таким образом определяется эмоциональное отношение к учителю, к школе (имеется ввиду к школе вообще), к маме и к себе.

## **Методика 2 «Градусник».**

**Назначение:** изучение субъективной оценки ребенком своей успешности в обучении, изучение мнения ребенка об оценивании его учителем и мнения ребенка об ожиданиях со стороны матери.

**Инструкция:** Ребята! Посмотрите на доску. На ней нарисована линия с делениями и цифрами. Это такой градусник. Только измеряет он не температуру, а то, какие вы ученики. Посмотрите, наш градусник показывает «0» или «1» (обвести кружочком для примера и тут же стереть). Это означает, что дети учатся не очень хорошо, получают плохие отметки. А вот если дети очень хорошо учатся, получают хорошие отметки, то наш градусник покажет «6» или «7» (обвести кружочком для примера и тут же стереть). Бывает, что дети учатся средне, не очень хорошо, но и не очень плохо, тогда градусник он может показать и «3», и «4» и т.д. (обвести кружочком для примера и тут же стереть).

А теперь возьмите черные карандаши. Пусть каждый из вас подумает, какой он ученик, и обведет в кружочек каждый свою циферку.

Как вы думается, а что учитель думает о вас, какие вы ученики? Пусть каждый из вас подумает, какой он ученик, и обведет в кружочек каждый свою циферку.

А что думает о каждом из вас мама? Обведите нужные циферки.

**Интерпретация:**

Самооценка считается адекватной, если ребенок оценил свои способности не ниже «4» и при этом тем же баллом отразил ожидания со стороны мамы и учителя, то есть когда все три оценки совпадают.

В идеальном варианте для первоклассника является, когда он выставляет все «7»-ки. Это означает, что ребенок считает себя хорошим учеником и уверен в поддержке со стороны взрослых.

При несовпадении оценок следует различать несколько случаев.

Ребенок низко оценивает свои способности, при этом ставя высокие баллы на шкалах учителя и мамы. В таком случае делается вывод о заниженной самооценке ребенка.

Ребенок ставит средние баллы на своей шкале и на шкале учителя, и очень высокий балл на шкале мамы. В этом случае предполагается, что родители выдвигают для ребенка завышенные требования, в семье завышенный уровень притязаний.

Если ребенок высоко оценивает свои возможности, а также считает, что и мама того же мнения, и только учитель его недооценивает, делается вывод о завышенной самооценке и о завышенном уровне притязаний в семье. В данном случае обязательна консультация с учителем, так как причины неудовлетворенности ребенка могут быть разными.

### **Методика 3 « САН»**

(самочувствие, активность, настроение)

**Назначение:** оперативная оценка самочувствия, активности и настроения.

**Инструкция:** Посмотрите на доску. Там нарисована линия, которая разделена на четыре части. Это опять градусник. Он показывает «плохо», «средне», «хорошо» и «отлично».

Такие же «Градусники» есть в ваших бланках.

Первый «Градусник» рядом с которым стоит буква «С», будет измерять ваше самочувствие. Все в порядке или, возможно, что-то болит.

Оцените, как вы обычно чувствуете себя в школе. Поставьте на своих бланках «галочки».

Второй «Градусник» измеряет активность. Чувствует себя ребенок в школе бодрым, веселым, задорным, то есть активным. Или же он чувствует себя унылым, вялым, подавленным, то есть пассивным.

Оцените, насколько вы обычно в школе активны. Поставьте на своих бланках «галочки».

Третий «Градусник» измеряет настроение.

Оцените, какое у вас обычно в школе настроение. Поставьте на своих бланках «галочки».

**Процедура:**

Дети последовательно ставят «галочки» на всех трех «Градусниках». Следует акцентировать и обращать внимание на слове обычно.

В процессе работы желательно проверять расстановку «галочек». Часто дети ошибаются и ставят их по несколько на одну линию, или же где-то сбоку, или же ставят на границах интервалов, что в последующем осложняет интерпретацию.

**Интерпретация:**

Нормальными ответами считаются «отлично» и «хорошо» по всем шкалам.

По шкале самочувствия ответы «средне» и «плохо» считаются признаками серьезного неблагополучия и требуют дальнейшей работы с ребенком по выявлению причин.

По шкалам «активность» и «настроение» только ответ «плохо» интерпретируется, как признак неблагополучия. Ответ «средне» при интерпретации должен быть соотнесен с другими факторами.

### Методика 4 «Мотивация учения»

**Назначение:** определение степени сформированности школьной мотивации.

**Инструкция:** Возьмите свои карандаши. Я буду зачитывать вам вопросы, а вы в ответ будете нужным цветом раскрашивать квадратики на ваших бланках.

Вопросы по мотивации.

1. Хочешь ли ты ходить в школу?  
да – зеленый , нет – синий, не знаю – желтый.
2. Если ты останешься дома, ты будешь заниматься – зеленый, играть с игрушками – красный, смотреть телевизор – синий, не знаю – желтый.
3. В школе тебе больше всего нравятся уроки – зеленый, перемены – синий, не знаю – желтый.
4. Если можно было бы выбрать, учиться дома или в школе, ты выбрал бы в школе – зеленый, дома – синий, не знаю – желтый.
5. Нравится ли тебе учиться?  
нравится – зеленый, не нравится – синий, не знаю – желтый.

**Процедура:**

Детям зачитываются вопросы и варианты ответов на них. Дети выбирают карандаши нужного цвета и закрашивают квадратики у себя на бланках. Повторять вопросы и варианты ответов по несколько раз, для того, чтобы детям легче было воспринять и удержать в голове информацию.

**Интерпретация:**

Если все квадратики на бланке красные, то делается вывод, что школьная мотивация сформирована.

Присутствие квадратиков других цветов свидетельствует о том или ином неблагополучии. Следует проанализировать все ответы ребенка и сделать вывод о возможных причинах.

Наиболее неблагоприятна ситуация, когда у ребенка в ответах преобладает синий цвет, особенно при ответе на 5-й вопрос.

### Обработка результатов.

Результаты обследования детей сводятся в таблицы. Анализ заключается в сопоставлении ответов детей по всем методикам, также учитывается содержание и характер рисунков. По результатам анализа можно сделать следующие выводы:

О полной адаптации ребенка к школе. На полную адаптацию ребенка указывают положительные ответы по всем методикам и наличие учебной тематики в содержании рисунка.

О частичной дезадаптации ребенка к школе можно говорить тогда, когда наблюдается неблагополучие в ответах по одной – трем методикам, при этом имеет смысл указать по каким. Например, о преобладании игровых интересов над учебными можно судить по ответам на тест «Мотивация» и по содержанию рисунка. О неблагополучии в личностной сфере можно судить по результатам выполнения тестов «Эмоциональное отношение», «Градусник» и «САН».

О выраженной дезадаптации можно говорить в случаях неблагополучных ответов по четырем-пяти методикам.

Примечание: описанная методика носит экспресс-характер. На ее основе могут быть сделаны только предварительные выводы о состоянии ребенка. Поэтому в случае наличия признаков частичной или выраженной дезадаптации, целесообразно провести дополнительные исследования. Так например, в случае частичной дезадаптации это могут быть наблюдения, беседы с учителем, с родителями, с самим ребенком. В случае же выраженной дезадаптации есть смысл провести комплексное обследование ребенка в Лицее, или направить на комплексное обследование в условиях ЦППМС-Центра Приморского района, предварительно заручившись согласием родителей.

После проведения исследования и обработки результатов, составляется «Справка», в которой указывается соотношение адаптированных детей и детей, нуждающихся в дополнительной помощи. Можно указать также направленность и характер этой помощи, например, «Формирование школьной мотивации» - консультация для учителя по организации индивидуального подхода к учащимся с преобладанием игровой мотивации.