

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Глухівський національний педагогічний університет
імені Олександра Довженка

Кафедра педагогіки і психології початкової освіти

МАГІСТЕРСЬКА РОБОТА

Тема: «Педагогічні умови адаптації першокласників до освітнього процесу в школі»

Виконала:

Сироїд Сніжана Юрївна
013 Початкова освіта

Науковий керівник: кандидат педагогічних наук, доцент
Піщун С. Г.

Допущено до захисту:

«___» _____ 2023 року

Завідувач кафедри

Дата захисту: «___» _____ 2023 року

Національна оцінка

Кількість балів: _____ Оцінка ECTS _____

Підписи членів комісії:

Глухів 2023 р.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ПРОБЛЕМИ АДАПТАЦІЇ ПЕРШОКЛАСНИКІВ ДО ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ В ШКОЛІ.....	8
1.1. Аналіз наукових поглядів на досліджувану проблему в теорії і практиці педагогіки і психології.....	8
1.2. Зміст та психолого-педагогічні особливості адаптації першокласників до освітнього процесу в школі.....	18
1.3. Педагогічні умови адаптації учнів першого класу до освітнього процесу у практиці сучасної початкової школи	31
Висновки до першого розділу.....	42
РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА ПЕРЕВІРКА ЕФЕКТИВНОСТІ ПЕДАГОГІЧНИХ УМОВ АДАПТАЦІЇ ПЕРШОКЛАСНИКІВ ДО ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ У ПРАКТИЦІ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ	44
2.1. Дослідження рівнів адаптованості учнів 1 класу до навчання в школі	44
2.2. Методика реалізації в освітньому процесі системи адаптації першокласників.....	54
2.3. Аналіз результатів дослідження.....	68
Висновки до другого розділу.....	76
ВИСНОВКИ	78
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	81
ДОДАТКИ	87

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. На сучасному етапі Державні освітні програми передбачають докорінне реформування концептуальних засад освіти і спрямування зусиль на розкриття таланту і творчих здібностей молодого покоління (Закон України «Про освіту», Національна доктрина розвитку освіти, Державний стандарт початкової освіти). Виклики часу зумовили розроблення Концептуальних засад реформування середньої освіти – документа, який проголошує збереження цінностей дитинства, необхідність гуманізації навчання, особистісного підходу, розвитку здібностей учнів, створення навчально-предметного середовища, що в сукупності забезпечують психологічний комфорт і сприяють вияву творчості дітей.

Заклад загальної середньої освіти для першокласника – це новий величезний світ, до якого треба звикнути, адаптуватися до нового освітнього процесу, яким передбачено: новий режим, обов'язки та плани, розширення меж спілкування, нові стосунки, неочікувані життєві ситуації, незвичні для учорашнього дошкільника емоції. Саме у перші місяці навчання у першому класі починають формуватися ті системи відносин дитини зі світом і самим собою, ті стійкі форми взаємин з однолітками і дорослими, і базові навчальні установки, які в істотній мірі визначає у подальшому успішність його шкільного навчання, ефективність стилю спілкування, можливості особистісної самореалізації у шкільному середовищі.

Як стверджує статистика, майже половина дітей встигають адаптуватися до нових умов протягом першого півроку навчання у школі, тому проблемі адаптації першокласників в сучасній початковій освіті приділяється окрема увага. Початок навчання у школі – стрес для дитини, один з найбільш відповідальних моментів у житті, який пов'язаний з новим типом стосунків з новими формами освітньої діяльності. Завдання освіти і адаптації першокласників до нового освітнього процесу, яке в педагогічній психології розуміють як процес управління навчальною діяльністю учнів,

реалізує вчитель початкової школи. Водночас проблему адаптації вирішує психолог школи через психодіагностичну та розвивально-корекційну роботу з учнями, а також просвітницьку та консультативну роботу з батьками й вчителем. Таким чином, співпраця вчителя і психолога вимагає злагодженої співпраці у наданні психолого-педагогічної допомоги першокласникам адаптуватися до освітнього процесу в школі.

Адаптація першокласника до освітнього процесу в школі буде успішною, якщо у закладі дошкільної освіти і у початковій школі будуть створені певні педагогічні умови: визначення педагогічно обґрунтованого змісту освітньої діяльності; спеціального добору форм, методів та засобів в процесі навчання і виховання; індивідуалізації та диференціації підготовки дітей з урахуванням їх пізнавальних інтересів; забезпечення розвитку їх інтересу до навчально-пізнавальної діяльності; особистісно орієнтованого підходу до дітей у процесі підготовчої роботи та навчання у першому класі; співпраці батьків і педагогів в процесі ефективної підготовки дітей до навчання в школі.

Про складності і значущості періоду, пов'язаного з адаптацією дитини в школі, сказано і написано у вітчизняній психологічній і педагогічній літературі багато наукових робіт (Н. Авраменко, Г. Бал, Т. Дуткевич, Т. Ілляшенко, Л. Кондратенко, С. Коробко, С. Максименко, К. Максименко, А. Обухівська, В. Панок, О. Проскура, Н. Стадненко та ін.). Авторами Концепції НУШ (Н. Бібік, О. Савченко та ін.) запропонований тематичний інтегрований підхід до освітнього процесу у першому класі, де кожен тиждень присвячено окремій темі, питання проблеми адаптації першокласників до навчання в школі розглядали сучасні науковці і педагогіки-практики (Т. Бірюченська, Н. Бойченко, В. Вітюк, Ю. Гудименко, О. Лінник та ін.). На сучасному етапі залишається об'єктом досліджень та дискусій в психолого-педагогічній теорії та практиці проблема взаємодії батьків та виховних закладів.

Проблема підготовки учнів до життя в новому соціально економічному і культурному просторі знаходить особливу актуальність в зв'язку виникаючими питаннями про ефективність початкового етапу навчання. Дитина, що не досягла необхідного рівня розвитку, не звикла до шкільного життя у період адаптації стикається в школі з масою труднощів і невдач, що може мати негативні наслідки.

В той же час, дезадаптація молодших школярів, яка заважає соціалізації дитини, гармонійному розвитку особистості, перешкоджає подальшій успішності у навчанні, загальній соціально-психологічній адаптації. У зв'язку з цим виникла необхідність у систематизації і пошуку причин дезадаптації, намічення шляхів вирішення проблеми успішної адаптації через визначення та створення педагогічних умов адаптації першокласників до освітнього процесу у школі.

Звідси виникають суперечності між необхідністю успішної адаптації першокласників до умов шкільного навчання і відсутністю практичних рекомендацій щодо визначення і створення психолого-педагогічних умов в освітньому процесі сучасної початкової школи.

Актуальність теми, пошук шляхів вирішення означених суперечностей, недостатня методична розробленість питання створення педагогічних умов успішної адаптації першокласників до освітнього процесу в сучасній початковій школі зумовили вибір теми магістерської роботи: **«Педагогічні умови адаптації першокласників до освітнього процесу в школі»**.

Мета магістерської роботи полягає у теоретичному та експериментальному обґрунтуванні педагогічних умов – організаційних і методичних основ для успішної адаптації першокласників до освітнього процесу у школі.

Завдання дослідження:

– проаналізувати наукові погляди на досліджувану проблему в теорії і практиці педагогіки і психології;

- визначити зміст та психолого-педагогічні особливості адаптації першокласників до освітнього процесу в школі;

- визначити педагогічні умови адаптації учнів першого класу до освітнього процесу у практиці сучасної початкової школи;

- експериментально перевірити ефективність методики з реалізації педагогічних умов адаптації першокласників до освітнього процесу у практиці початкової школи; дослідити рівні адаптованості учнів 1 класу до і після формувального впливу та надати практичні поради вчителям, психологам та батькам щодо адаптації учнів до навчання в школі.

Об’єкт дослідження – педагогічні умови процесу адаптації першокласників у школі.

Предмет дослідження – методика ефективної адаптації першокласників до освітнього процесу в школі.

Для реалізації мети дослідження та поставлених завдань було використано наступні **методи дослідження**:

- теоретичні: аналіз психологічної і педагогічної літератури для визначення теоретико-методичних засад дослідження; синтез й узагальнення наукових положень з досліджуваної проблеми;

- емпіричні: спостереження за освітнім процесом у першому класі для отримання первинної інформації; бесіди, анкетування для визначення рівнів адаптованості учнів 1 класу до освітнього процесу в школі; педагогічний експеримент (констатувальний, формувальний етапи) для перевірки ефективності системи роботи з адаптації першокласників до освітнього процесу в школі шляхом створення певних педагогічних умов;

- статистичні: кількісний і якісний аналіз експериментальних даних, порівняльна характеристика результатів експерименту для перевірки ефективності розробленої системи роботи з адаптації першокласників до навчання в школі шляхом створення певних педагогічних умов.

Теоретичне значення одержаних результатів дослідження:

– обґрунтовано організаційно-методичне забезпечення процесу адаптації першокласників до освітнього процесу в школі;

– уточнено поняття «адаптація», «адаптація першокласника до освітнього процесу в школі», «готовність до навчання в школі», «психологічна готовність до навчання в школі»; «соціальна готовність до навчання в школі».

– отримано можливість подальшого розвитку наукових уявлень про сутність процесу створення педагогічних умов адаптації першокласників до освітнього процесу в школі.

Практичне значення магістерської роботи полягає у вдосконаленні організаційних підходів до вирішення проблеми адаптації першокласників до освітнього процесу в школі через створення певних педагогічних умов; розроблено конспекти уроків з використанням інтеграції дисциплін, виховних заходів тощо. Матеріали магістерського дослідження можуть бути використані керівництвом, вчителями початкової школи під час проведення роботи з адаптації першокласників до освітнього процесу в школі; під час проведення методичних семінарів і курсів підвищення кваліфікації вчителів початкової школи.

Структура магістерської роботи складається з вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків. Загальний обсяг роботи становить 112 сторінок. У тексті вміщено 11 рисунків та 11 таблиць. Додатки викладено на 26 сторінках. У списку 63 використаних джерел, що охоплюють 6 сторінок.

Прогностичний потенціал проведеного дослідження зумовлений можливістю використання його результатів для здійснення подальшої науково-дослідницької роботи за темою «Педагогічні умови адаптації першокласників до освітнього процесу в школі».

Експериментальна база дослідження: Рогинський Заклад загальної середньої освіти ЗЗСО I-III ст. Роменського району Сумської області.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ПРОБЛЕМИ АДАПТАЦІЇ ПЕРШОКЛАСНИКІВ ДО ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ В ШКОЛІ

1.1. Аналіз наукових поглядів на досліджувану проблему в теорії і практиці педагогіки і психології

У початковий період навчання дитини у першому класі важливе значення має успішність адаптаційного періоду. Створення сприятливого середовища для адаптації дитини до шкільного освітнього процесу, успішна адаптація першокласника значно впливає на його позитивне ставлення до школи, результати навчання, психофізичне здоров'я та всебічний розвиток.

У Законі України «Про освіту» визначено мету повної загальної середньої освіти, як «різнобічний розвиток, виховання і соціалізація особистості, яка усвідомлює себе громадянином чи громадянкою України, здатна до життя в суспільстві та цивілізованій взаємодії з природою, має прагнення до самовдосконалення і навчання впродовж життя, готова до свідомого життєвого вибору та самореалізації, трудової діяльності та громадянської активності» [35].

Відповідно до загальної мети освіти концепцією Нової української школи, місією початкової школи проголошено «різнобічний розвиток особистості дитини відповідно до її вікових та індивідуальних психофізіологічних особливостей, формування в неї загальнокультурних і морально-етичних цінностей, ключових і предметних компетентностей, необхідних життєвих і соціальних навичок, що забезпечують її готовність до продовження навчання в основній школі, життя у демократичному суспільстві. Таким чином, від того як першокласник сприйме школу, адаптується до освітнього процесу, нового алгоритму дій залежить результат початкової освіти, найціннішим результатом якої в особистісному вимірі, за концепцією Нової української школи, є «здорова дитина, мотивована на успішне навчання, дослідницьке ставлення до життя; особистість, яка вміє вчитися з різних джерел і критично оцінювати інформацію, відповідально

ставитися до себе та інших людей, усвідомлювати себе громадянином України» [10, с. 96].

Цілком погоджується Л. Василюк з видатним українським педагогом В. Сухомлинським у тому, що, дитячі роки є тим віком, який ми вважаємо «джерелом життєвого ідеалу», але ж «від того, що відкрилося дитині в навколишньому світі в роки дитинства, що викликало її подив і захоплення, що обурило і примусило плакати не від особистої образи, а від переживання за долі інших людей – від цього залежить, яким громадянином буде наш вихованець» [20].

Проблема адаптації першокласників до шкільного навчання є однією з важливих проблем сучасної системи освіти і актуальною проблемою в науковій думці – психологічній і педагогічній.

Предметом наукових досліджень педагогів і психологів були психолого-педагогічні, фізіологічні особливості першокласників, вченими розроблялися методичні рекомендації для вчителів, методики ефективного здійснення адаптаційного процесу, в яких основою успішної адаптації першокласників до школи висувалися: наявність різносторонньої підготовленості дітей, корекція несформованих умінь і навичок з перших днів навчання.

На думку психологів, у період адаптаційного процесу у першокласників спостерігається підвищення нервової, психологічної і фізичної напруги, тривожність, роздратованість, плаксивість тощо. Дослідження вітчизняних вчених (Н. Бібік, Н. Васильченко, О. Гонтар, С. Коробко, В. Панок, О. Проскура та ін.) показують, що відносно стійке пристосування першокласника до школи відбувається на п'ятому-шостому тижні навчання. Причинами дезадаптації науковці вважають: невідповідність функціональних можливостей дітей вимогам традиційного навчання (відсутність «шкільної зрілості»), недостатній рівень інтелектуального розвитку дитини, його соціальну незрілість, комунікативні невміння, незадовільний стан здоров'я [10; 3; 39; 56].

Проблеми наступності і перспективності в роботі дошкільної та початкової освіти досліджували О. Проскура, О. Савченко [55; 59]; методичні підходи до організації особистісно-зорієнтованого виховання дітей, засвоєння ними моральних норм та досвіду запропоновані у працях вітчизняних педагогів та психологів: І. Бех, Л. Богуславська, С. Гончаренко, Т. Гончаренко та ін. [9; 26; 27].

Для успішної адаптації першокласників до шкільного освітнього процесу дуже важливим питанням є ступень підготовки дитини до школи – тобто її «шкільна зрілість». У сучасній психології і педагогіці існують різні трактування цього поняття: як зазначає С. Буцкіна, поняття «шкільна зрілість» А. Анастасі трактує, як «оволодіння уміннями, знаннями, здібностями, мотивацією та іншими необхідними для оптимального рівня засвоєння шкільної програми поведінковими характеристиками» тоді як І. Шванцара визначає шкільну зрілість як «досягнення такого рівня розвитку, коли дитина «стає здатною брати участь у шкільному навчанні» і виділяє компоненти готовності до навчання в школі – розумовий, соціальний та емоціональний» [18, с. 22].

Науковці Г. Кравцов, О. Кравцова виділяють показники психологічної готовності до школи, пов'язані з розвитком різних видів ставлень дитини до навколишнього світу [43, с. 21].

У цьому випадку основними сторонами готовності дітей до школи є три сфери: ставлення до дорослого, ставлення до однолітка, ставлення до себе. Як зазначає практичний психолог Т. Ковтун, «стає зрозумілою важливість індивідуального підходу до дітей у керуванні процесом їх входження в шкільне життя, з його новим для них змістом, формами і об'єктивними вимогами, які повинні стати суб'єктивними вимогами учнів до себе самих, внутрішніми регуляторами їх поведінки» [37].

На думку Л. Божович, «готовність до навчання в школі складається з певного рівня розвитку мисленнєвої діяльності, пізнавальних інтересів, готовності до довільної регуляції своєї пізнавальної діяльності і до соціальної

позиції школяра» [14, с. 47]. Аналогічні погляди розвивав О. Запорожець, зазначаючи, що готовність до навчання в школі складає цілісну систему «взаємопов'язаних якостей дитячої особистості, включаючи особливості її мотивації, рівня розвитку пізнавальної, аналітико-синтетичної діяльності, рівень сформованості механізмів вольової регуляції дій та ін.» [34, с. 24].

Як вважає Ю. Гільбух, «зі вступом дитини до школи змінюється вся структура її діяльності, знижується питома вага гри та зростає роль і місце в ній цілеспрямованої навчальної діяльності; важливим механізмом готовності до оволодіння навчальною діяльністю є уміння виділяти спосіб дії. Навчальною діяльністю дитина оволодіває поступово, у міру того, як у процесі співробітництва з дорослим набуває потрібних умінь: приймати навчальну задачу, здійснювати необхідні мисленнєві операції і практичні дії для виконання завдання, контролювати його хід та результати» [24, с. 21].

Таким чином, навчальна діяльність першокласника формується у контексті шкільного навчання, водночас, її становлення проходить ефективно лише тоді, коли передумови шкільного навчання були сформовані ще в дошкільному дитинстві.

До чинників усвідомленого прийняття навчальної задачі і цілеспрямованої дії першокласника вчені-психологи відносять достатньо високий рівень орієнтації на вчителя, який ставить задачу; формує уміння враховувати всю сукупність заданих умов, не фіксуючи своєї уваги на якійсь одній із них; розвиває здатність неухильно йти до мети аж до її досягнення. Так, В. Котирло розглядає готовність дитини до навчання за параметром її вольового розвитку, як «здатність до рефлексивної супідрядності та ієрархізації дій та цілеспрямованої діяльності» [42, с. 56].

Згідно з положеннями багатьох видатних вітчизняних психологів про актуальний рівень розвитку дитини та зону її найближчого розвитку, готовність дитини до школи забезпечує такий рівень її актуального (дійсного на момент тестування) розвитку, за якого можливі досягнення дитини у

співпраці з дорослими перекривають програмні вимоги перших місяців навчання в школі.

Для визначення педагогічних умов успішної адаптації першокласників до шкільного освітнього процесу шкільна готовність дитини є важливим фактором. Готовність дитини до школи І. Агафонова, А. Богуш та ін. визначають як «єдність трьох взаємозалежних компонентів: фізичної, інтелектуальної й особистісної» [2; 12].

Вступ дитини до школи – важлива подія у її житті, й кожна дитина по-різному переживає її залежно від психологічної готовності – більшість дітей охоче йде до школи, ставлячись до навчальної діяльності як до провідної. Перехід дитини у статус школяра зобов'язує її вчасно вставати, приходити до школи, дотримуватись правил шкільного життя незалежно від власного бажання чи небажання, виконувати обов'язкові завдання, переборювати власні лінощі та труднощі.

На думку Н. Головань, надійною основою успішної організації освітнього процесу початкової школи є «врахування психофізіологічних особливостей і закономірностей розвитку першокласників» [25, с. 52].

Як вважають психологи (Г. Бал, Р. Бернс, І. Бех та ін.) навчання у першому класі має бути побудоване з урахуванням вікових особливостей і перспектив учнів. У його змісті, методах і формах закладено ідеї сприяння всебічному розвитку молодших школярів, забезпечення повноцінного переходу до провідної навчальної діяльності та формування особистості у перехідний період [5; 8; 9].

Засвоєння першокласниками освітніх програмних знань, на думку науковців (Л. Божович, Т. Дуткевич, О. Савченко та ін.) безпосередньо пов'язується з розвитком елементарних форм навчання, планомірного і диференційованого ставлення, пізнавальної активності, позитивного ставлення до навчання в школі, адекватної самооцінки і формуванням комунікативних навичок.

На думку О. Савченко, «оволодіння знаннями, уміннями, навичками здійснюється у різних видах діяльності. У навчально-виховному процесі відводиться чимало часу для малювання, конструювання, ліплення, побутової праці, гри. Поряд з цим відбувається засвоєння знань в процесі специфічної, нової для дитини діяльності – учіння і навчання» [59, с. 211]. Як вважає Л. Божович, «усі ці види діяльності у своїй єдності забезпечують розвивальну функцію навчання шестирічок, перебудову характеру розумових процесів – сприйняття, пам'ять і мислення, якісну зміну загальної спрямованості та рис особистості школяра» [13, с. 213].

Закладені у змісті і методах початкової освіти можливості реалізуються лише за умови правильного педагогічного керівництва, тому, на думку дослідників (В. Вітюк, О. Проскура та ін.) для вчителя дуже важливим є знання психології першокласників, закономірностей їхнього розвитку ще до початку навчання у школі та закономірностей особистісних психологічних змін і пізнавальних процесів в освітньому процесі [21; 54].

На шостому-сьомому році життя емоційна сфера дитини характеризується імпульсивністю поведінки: схильністю діяти за першим спонуканням, під впливом зовнішніх обставин чи емоцій. Емоції першокласника переважають над усіма сторонами психічного життя, вони швидко виникають і яскраво проявляються: безпосередність дітей, зовнішні виразні рухи (міміка, поза, жести), мовленнєва інтонація дають можливість учителю швидко виявляти характер емоцій учнів та відповідно реагувати на них.

Як зазначає Т. Дуткевич, життя першокласника сповнене емоціями: «один день містить переживання любові, ніжності, ревності, відчуття горя і радості, заздрість, страх, відчай тощо». Першокласник стомлюється від власних емоцій, перестає розуміти і виконувати правила поведінки, стає некерованим [32, с. 105].

Отже, висока емоційність першокласників не сприяє легкій адаптації до освітнього процесу школи. Емоційна вразливість дітей цього віку,

необхідність розриву міцних зв'язків із близькими дорослими болісно переживається дитиною і відіграє негативну роль у період адаптації. Важливу роль, на думку низки педагогів-практиків (Т. Громова, Н. Пилипко, Т. Пушкарьова, Г. Сливка, М. Чибісова та ін.) в адаптаційному процесі відіграють взаємини першокласника з іншими людьми: батьками, однолітками, вчителем. За умови доброзичливого ставлення до себе дитина відчуває емоційне задоволення, впевненість у собі, захищеність, і сама позитивно ставиться до оточуючих [53; 57; 60].

У результаті дослідження, проведеного науковцями за керівництва Г. Костюка було виділено низку особливостей перебігу цього складного для дітей періоду: у дітей відмічається порушення емоційного стану переважають сум, туга, страх, збентеженість або загальмованість, тривожність. Дослідники прийшли до висновку про те, що «чим менше дитина підготовлена до змін у навколишньому середовищі, тим глибшими та довготривалішими будуть порушення її емоційного стану» [40, с. 322].

Однак, ступінь труднощів адаптації першокласника до освітнього процесу школи залежить не лише від вікових, а й від індивідуальних особливостей кожної дитини, які зумовлені станом здоров'я, особливостями типу нервової системи (сила, рухливість, урівноваженість процесів збудження і гальмування), різними умовами життя та виховання в родині.

Своєрідним бар'єром для успішної адаптації та труднощів встановлення позитивних взаємин педагога з першокласником може бути відсутність у дитини звички виконувати доступні вимоги й вказівки дорослих, брак досвіду участі у спільній з дорослими діяльності, що є провідною в освітньому процесі початкової школи. Для подолання таких труднощів сучасні дослідники і педагоги-практики (О. Лінник, Ю. Луценко, Л. Лучанська, В. Панок, І. Цушко, та ін.) пропонують організацію системи шкільних і позашкільних заходів, підготовку і проведення яких здійснювати спільно з батьками та психологами. Почуття страху, недовіри, що виникають унаслідок відсутності у більшості дітей досвіду спілкування зі сторонніми

людьми, на тлі гострої потреби в позитивно-емоційному спілкуванні з близькими дорослими є перешкодою для налагодження їхнього спілкування з вчителем [46; 47; 48; 52].

Досліджуючи проблему наступності ігрових форм навчальної діяльності в умовах навчально-виховного комплексу «Школа-дошкільний заклад» О. Чепка, поряд із зазначеними причинами, що перешкоджають швидкій та безболісній адаптації першокласників до освітнього процесу школи, відмічає невелику порівняно з дошкільним дитинством кількість самостійних ігрових дій у першокласників. Авторка дисертації пропонує комплекс ігрових заходів, справедливо вважаючи, що довготривала змістовна гра відволікає дітей від негативних думок, сприяє більш швидкому звиканню до середовища [62, с. 92].

Труднощі, яких зазнають діти в період адаптації до початкової школи, викликають цілу низку негативних психофізичних змін. Першокласник невпевнений в уявленнях про власні навчальні успіхи – вони формуються через ставлення вчителя, адже дитина цього віку тонко відчуває любов, довіру, радість педагога і, піддаючись впливові вчителя, поводитьсь таким чином, як бачить його учитель.

Отже, Л. Лучанська радить вчителю початкової школи пам'ятати про те, що «результатом несприйняття ним дитини стає самонесприйняття дитини»: постійні зауваження, докори вчителя, покарання з боку батьків за неуспіх у навчанні формують у першокласника внутрішню готовність до невдачі, невпевненість у власних силах та уміннях і погіршують процес адаптації [48, с. 22].

Таким чином запорукою успішної адаптації першокласника до освітнього процесу школи, цілеспрямоване навчання й моральне виховання можливе лише за умови взаєморозуміння між вчителем і учнем.

Спираючись на глибокі думки видатних психологів та педагогів минулого, вчителі початкових класів повинні так побудувати освітній процес, щоб дитина стала добровільним учасником і помічником у процесі

власного виховання. Необхідно, на думку науковців Ю. Гільбух, С. Коробко і Л. Кондратенко, підвищувати мотивацію першокласника до навчання і «уникати випереджаючого використання абстрактно-логічного, мовленнєвого відображення світу, адже такий підхід може привести не до прискорення розвитку, а до сповільнення, оскільки, кожна психічна функція має свій оптимальний етап формування, коли вона є провідною в загальному психічному розвитку дитини» [23, с. 12].

Досліджуючи проблему адаптації першокласників до шкільного навчання, науковці (Т. Василенко, Л. Василюк та ін.) зауважують, що не всі діти можуть вивчити напам'ять склад числа з двох менших, якщо вони ще не засвоїли складання шляхом переліку результату, якщо достатньо не попрацювали руками, здійснюючи перехід від наочно-дійового до образного мислення. Або ж дитина не може оволодіти фонематичним аналізом, якщо у неї недостатньо сформовані процеси слухового сприймання, уваги, пам'яті. Часто дитина з нормальним інтелектом має проблеми з адаптацією до освітнього процесу у школі через психологічну неготовність – в неї відсутня мотивація до навчання, вона не може достатньо контролювати свою поведінку [19; 20].

Про складності і значущості періоду, пов'язаного з адаптацією першокласників до освітнього процесу в школі у вітчизняній психологічній і педагогічній літературі написано багато наукових праць (Н. Авраменко, Г. Бал, Л. Божович, Ю. Гільбух, О. Главник, Л. Кондратенко, С. Коробко, С. Максименко, К. Максименко та ін.).

Більшість особистісно-зорієнтованих наукових розробок з проблеми адаптації першокласника до навчання в школі (Т. Ілляшенко, Т. Гончаренко, А. Обухівська, В. Панок, О. Проскура, Н. Стадненко та ін.) вбачають її вирішення шляхом прискорення особистісного розвитку першокласника, інтенсивного розвитку інтелектуальної, психологічної, мотиваційної, фізичної сфери. Адже самореалізація багато в чому визначається: мотивацією, спрямованістю на досягнення певного результату,

налагодженістю взаємодії між людиною з усіма її внутрішніми особистісними характеристиками та суспільством. Причому під суспільством стосовно першокласника слід розуміти соціальне середовище, що оточує дитину [3; 27; 54; 61].

Представниками концепції НУШ (Н. Бібік, Т. Бірюченська, Г. Бумар) запропонований тематичний інтегрований підхід до освітнього процесу у першому класі, де кожен тиждень присвячено окремій темі [10; 11; 17]. Розглядаючи питання проблеми адаптації першокласників до навчання в школі розглядали сучасні науковці і педагоги-практики (Н. Бойченко, В. Вітюк, Ю. Гудименко та ін.) вважають, що навчальна діяльність, як й будь-який новий вид діяльності, вимагає мобілізації всіх психічних і фізичних сил першокласника для опанування необхідними навичками, пристосування до режиму дня, встановлення позитивних взаємовідносин з учителем, визначення свого місця серед однолітків [15; 21; 29].

Закордонні та вітчизняні дослідники підкреслюють, що у більшості дітей адаптація більш-менш успішно завершується у першому півріччі, але у решти школярів вона може набути несприятливих рис, призвести до появи психосоматичних порушень, постійного психофізичного напруження, негативного емоційного тла, схильності до асоціальної поведінки, низької самооцінки, які суттєво порушують нормальний ритм життя, не дозволяють успішно виконувати навчальне навантаження.

Отже, про складності і значущості періоду, пов'язаного з адаптацією першокласників до освітнього процесу в школі, сказано і написано у вітчизняній психологічній і педагогічній літературі багато наукових робіт.

Аналіз наукових досліджень і публікацій, свідчить про важливість проблеми адаптації та дезадаптації першокласників до освітнього процесу в школі. Її актуальність детермінована тим, що вступ до школи, початковий період навчання зумовлюють перебудову усього способу життя та діяльності дитини – теперішнього першокласника, а у подальшому – школяра та майбутнього громадянина власної країни.

1.2. Зміст та психолого-педагогічні особливості адаптації першокласників до освітнього процесу в школі

Першокласник – це дитина, що поверхневе уявляє цей невідомий їй шкільний світ й ще не звикла до ритму шкільного життя, з перших днів перебування в школі, адаптуючись до шкільного освітнього процесу, стикається з масою труднощів та невдач, подолання чи не подолання яких може породити негативні наслідки для її ставлення до школи і подальшого навчання.

З початку навчання у першому класі дитина претерпіває багато змін у житті: нові умови життя та діяльності, нові контакти, нові стосунки, нові обов'язки. У першокласника змінюються:

- соціальна позиція (від дошкільника до школяра);
- соціальний освітній інститут (від закладу дошкільної освіти з батьками та вихователями до школи з вчителем та однокласниками);
- провідна діяльність (від ігрової до навчальної).

Отже, змінюється життя дитини – тепер усе підпорядковується навчанню, школі, шкільним справам і турботам. Саме в ці перші місяці починають формуватися системи відносин дитини зі світом і самим собою; стійкі форми взаємин з однолітками і дорослими; базові навчальні установки, які в певній мірі визначають у подальшому успішність шкільного навчання, ефективність стилю спілкування, можливості особистісної самореалізації у шкільному середовищі.

Адаптація – це механізм соціалізації особистості включення її в систему нових відносин і громадських зв'язків. Адаптація першокласника до школи – це перехід дитини до систематичного шкільного навчання та звикання до шкільних умов [49, с. 25].

Адаптація першокласників до шкільного освітнього процесу включає в себе біологічну, психологічну і соціальну адаптацію (Рис. 1.1).



Рис. 1.1. Шкільна адаптація

У концепції Нової української школи надано такі визначення складових шкільної адаптації. Біологічна адаптація – це пристосування до нового режиму навчання й життя. Життя плинне, суперечливе, малопередбачуване: не встиг пристосуватися відчутти стабільність існування, як трапляється таке, що докорінно змінює плани, суттєво впливає на самопочуття, змушує пристосовуватися до нового й незвичного.

Психологічна адаптація – це входження до нової системи вимог, пов'язаних з виконанням навчальної діяльності. На думку низки дослідників (В. Горленко, М. Забродський, І. Ткачук та ін.), процес взаємодії особистості й середовища полягає в пошуку й використанні адекватних засобів і способів задоволення основних її потреб, до яких належать потреба в безпеці, фізіологічні потреби (у їжі, сні, відпочинку тощо), потреба в прийнятті та любові, у визнанні та повазі, у самовираженні, самоствердженні й у розвитку. Тим самим закладаються можливості для успішної соціальної адаптації й соціалізації дитини [28; 33].

Соціальна адаптація – це процес входження до учнівського колективу. Соціальну адаптацію розглядають як завершальний, підсумковий етап адаптації в цілому, що забезпечує як фізіологічне і психологічне, так і соціальне благополуччя особистості. Першокласник повинен пристосуватись до вимог тих соціальних груп, що характерні для школи (учнівська група, вчителі, інші класи тощо) [35].

Аналізуючи процес адаптації першокласників до школи, З. Шинтарь виділяє такі її види.

1. Адаптація організму до нових умов життя і діяльності, до фізичних та інтелектуальних навантажень. Рівень адаптації залежить від:

- віку дитини-першокласника (шість чи сім років);
- умов підготовки до школи (чи відвідував він заклад дошкільної освіти або його підготовка до школи здійснювалася в домашніх умовах);
- ступеня сформованості функціональних систем організму;
- рівня розвитку довільної регуляції поведінки та організованості дитини;
- перебігу зміни ситуації в сім'ї.

2. Адаптація до нових соціальних відносин і зв'язків, до просторово-часових відносин (режим дня, особливе місце для зберігання шкільного приладдя, шкільної форми, підготовка уроків, зрівнювання дитини в правах зі старшими братами, сестрами, визнання його «дорослості», надання самостійності та ін.); до особистісно-сміслових відносин (відношення до дитини в класі, спілкування з однолітками і дорослими, ставлення до школи, до самого себе); до характеристики діяльності та спілкування дитини (ставлення до дитини в сім'ї, стиль поведінки батьків і вчителів, особливості сімейного мікроклімату, соціальна компетентність дитини та ін.).

3. Адаптація до нових умов пізнавальної діяльності залежить від актуальності освітнього рівня дитини (знань, умінь, навичок), отриманого в дошкільному закладі або в домашніх умовах; інтелектуального розвитку; від навченості як здатності оволодіти вміннями і навичками навчальної діяльності, допитливості як основи пізнавальної активності; від сформованості творчої уяви; комунікативних здібностей (уміння спілкуватися з дорослими, однолітками) [63, с. 65].

Можна виділити наступні ознаки адаптації першокласника до освітнього процесу у школі (Рис. 1.2):

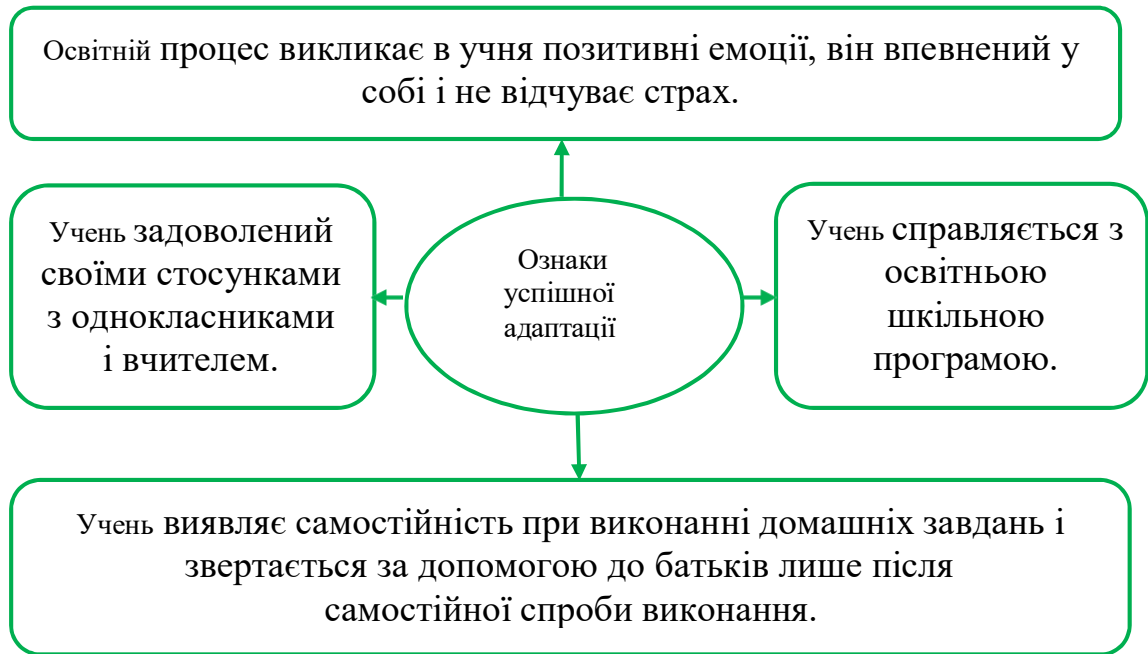


Рис. 1.2. Ознаки успішної адаптації першокласника до школи

На думку Н. Сосновенко, адаптація першокласника до освітнього процесу в школі не є одностороннім процесом, оскільки не тільки нові умови життя впливають на дитину, а й вона сама намагається змінити соціально-психологічну ситуацію [3].

За часом оптимальний адаптаційний період першокласника до шкільного освітнього процесу складає один-два місяці. Найбільш важким є перший етап: орієнтувальний етап процесу адаптації першокласника до школи характеризується бурхливою реакцією і значною напругою практично усіх систем організму учня у відповідь на весь комплекс нових дій, пов'язаних з початком систематичного спілкування, що створює так звану «фізіологічну бурю» з боку дитини. Етап триває достатньо довго – приблизно 2-3 тижні.

Спираючись на сучасні дослідження, у процесі адаптації першокласника до школи можна виділити 3 етапи, кожен з яких має свої особливості. Тривалість всіх трьох етапів адаптації першокласників до освітнього процесу в школі складає приблизно 5-6 тижнів (Рис. 1.3).

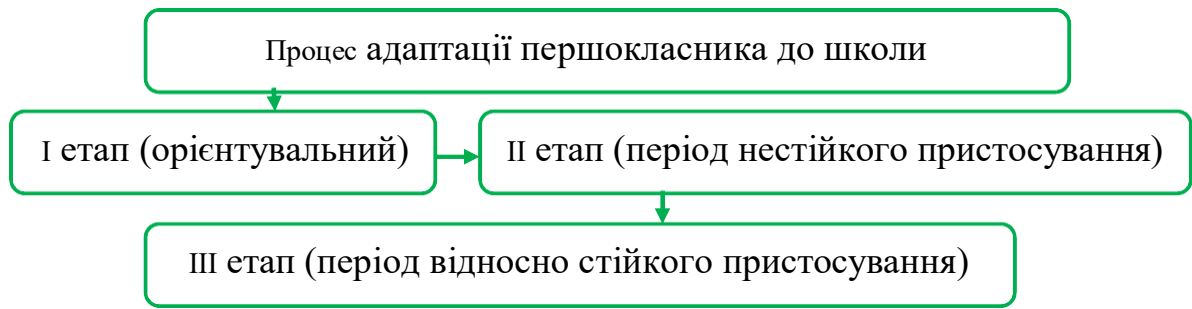


Рис. 1.3. Етапи адаптаційного процесу першокласника до школи

Як зазначає дослідниця І. Клименко, на етапі нестійкого пристосування організм першокласника шукає і знаходить певні оптимальні (або близькі до оптимальних) варіанти реакцій на нові дії, пов'язані з систематичним навчанням та спілкуванням. Якщо на першому етапі організм першокласника витрачає усі ресурси, що має, то на другому етапі ми організм починає економити ресурси і «фізіологічна буря» починає затихати. Протягом третього етапу (відносно стійкого пристосування) організм першокласника знаходить найбільш відповідні варіанти реагування на навантаження, що вимагають меншої напруги усіх систем [36].

Дослідники Т. Андрющенко і Н. Корабекова, визначають дезадаптацію, як «формування неадекватних механізмів пристосування людини до умов навколишнього середовища, порушень в поведінці, конфліктних відносин, психогенних захворювань і реакцій, підвищеного рівня тривожності, негармонійний розвиток особистості» [4, с. 16].

Науковці Ю. Гільбух, С. Коробко, Л. Кондратенко характеризують шкільну дезадаптацію, як «втрату дитиною навчальної мотивації, низьку успішність, конфліктність у спілкуванні з вчителями й однолітками, схильність до асоціальної поведінки, низьку самооцінку, домінування негативного емоційного напруження» [23, с. 14].

Під готовністю до шкільного навчання розуміють необхідний і достатній рівень розумового, психічного та фізичного розвитку дитини для освоєння шкільної навчальної програми в умовах навчання в колективі

однолітків. На думку Н. Авраменко, «готовність дитини до школи формується внаслідок реалізації цілого комплексу психолого-педагогічних умов, які визначаються фізичними, загально-психологічними та інтелектуальними характеристиками готовності дитини до шкільного навчання» [1, с. 15].

Діти далеко не з однаковою успішністю «вживаються» в нові умови життєдіяльності. Спираючись на дослідження вчених, дослідники С. Коробко і В. Олійник, зазначають, що існує тісний причинно-наслідковий зв'язок між рівнем адаптації першокласника і системою умов, в яких він виховується. За рівнем адаптованості дітей можна умовно поділити на 3 групи:

1) учні, що адаптується до школи протягом перших двох місяців навчання; відносно швидко входять в колектив; майже завжди мають гарний настрій, доброзичливі, сумлінно і без напруги виконують всі вимоги вчителя;

2) учні з більш тривалим періодом адаптації; не можуть прийняти ситуацію навчання, спілкування з вчителем, однокласниками; до кінця першого півріччя реакції їх стають адекватними шкільним вимогам;

3) «група ризику» – діти, які мають значні труднощі соціально-психологічної адаптації; не засвоюють освітню програму; спостерігаються прояви негативної поведінки [39, с. 38].

Досліджуючи проблему шкільної дезадаптації у дітей молодшого шкільного віку, О. Марінушкіна зазначає, що таке явище, як шкільна дезадаптація, виникає під впливом несприятливих факторів на адаптацію дитини: неправильні методи виховання в сім'ї, функціональна готовність до навчання у школі, незадоволеність у спілкуванні з дорослими, неадекватне усвідомлення свого становища в групі однолітків, низький рівень освіти матері, конфліктна ситуація через алкоголізм, негативний статус дитини до вступу в перший клас, низький рівень освіти батька, конфліктна ситуація в сім'ї, негативний стиль ставлення до дітей вчителя, неповна сім'я [50, с. 11].

На підставі досліджень низки вчених виявлено 3 рівні адаптації першокласників до освітнього процесу в школі: високий, нормальний і низький (Табл. 1.1).

Таблиця 1.1

Рівні адаптації першокласників до освітнього процесу в школі [50]

№	Рівень	Характеристика
1	Високий рівень адаптації	Першокласник позитивно ставиться до школи: правила і вимоги сприймає адекватно; навчальний матеріал засвоює легко; глибоко і повно оволодіває програмовим матеріалом; розв'язує ускладнені задачі, чемний, уважно вислуховує вказівки, пояснення вчителя; доручення виконує охоче й сумлінно, не потребує зовнішнього контролю; виявляє високу зацікавленість до самостійної навчальної роботи, готується до всіх уроків; має у класі позитивний статус.
2	Нормальний (середній) рівень адаптації	Першокласник позитивно ставиться до школи: відвідування уроків не викликає в нього негативних переживань, розуміє навчальний матеріал, коли вчитель пояснює його досить детально і наочно; засвоює основний зміст програми з усіх предметів, самостійно розв'язує типові задачі; зосереджений і уважний під час виконання завдань, доручень, вказівок учителя, водночас потребує контролю з боку дорослого; зосередженим буває лише тоді, коли робить щось цікаве для себе; майже завжди готується до уроків; доручення виконує сумлінно; приятелює з багатьма однокласниками.
3	Низький рівень адаптації	Першокласник негативно або байдуже ставиться до школи: часто скаржиться на здоров'я, погане самопочуття, у нього переважає пригнічений настрій; спостерігаються порушення дисципліни; матеріал, який пояснює вчитель, засвоює фрагментарно; до виконання самостійних завдань не виявляє інтересу; до уроків готується нерегулярно, потребує постійного контролю, систематичних нагадувань і спонукань вчителя і батьків; може зберігати працездатність і увагу за наявності тривалих пауз для відпочинку; для розуміння нового матеріалу потребує значної допомоги вчителя і батьків; доручення виконує під контролем і без особливого бажання; пасивний, близьких друзів не має, знає імена й прізвища лише частини однокласників.

Процес адаптації складається з багатьох тісно взаємозв'язаних аспектів: соціального, педагогічного, фізіологічного, психологічного тощо. Як зауважує Н. Кот, стосовно фізіологічної адаптації, медична статистика відзначає, що більшість першокласників хворіє у вересні, деякі діти втрачають вагу у перші 2-3 місяці навчання, деякі скаржаться на втому, головний біль, стають примхливими – це свідчить про важкий перебіг адаптаційного періоду у таких першокласників, оскільки на 6-річних малюків обрушується лавина завдань, що вимагають від них розумового і фізичного напруження [41, с. 246].

У ході соціально-психологічного аспекту адаптації до шкільного навчання першокласники переживають психологічну кризу, пов'язану з необхідністю адаптації до школи. Процес адаптації до нових умов потребує значних духовних і фізичних сил дитини, й успіх його великою мірою залежатиме від того, яку психологічну та морально-вольову підготовку до роботи на наступних етапах дістане вихованець, перебуваючи в дошкільному закладі і у першому класі школи.

На думку вчених-психологів (М. Боришевський, Г. Костюк), основу аналізу труднощів, що виникають у першокласників на початку систематичного навчання, складає цілісне врахування індивідуальної ситуації психічного розвитку дитини, яка означає єдність відносин дитини до дорослого (вчителя) і до пропонованих з боку дорослого завдань, тому різні типи ситуацій обумовлюють поведінку першокласника на уроках, сприятливість до того чи іншого змісту тощо і можуть служити підставою для психологічно осмисленої дитиною адаптації [16; 40].

Розглянемо психологічні ситуації для типологізації здатності дитини адаптуватися до школи докладніше. На думку О. Кравцової, навчальна ситуація, яка є загальною ситуацією сумісності у шкільному освітньому процесі, може трансформуватися для дитини в навчальну – це першокласники навчального типу. У цьому випадку дорослий виступає для дитини в соціальній ролі вчителя – носія суспільно вироблених способів дії,

соціальних зразків. Ця роль припускає певну систему суто шкільних (суворо регламентованих) відносин. Дитина приймає позицію учня, готова виконувати нові для себе обов'язки, причому деякі обмеження, пов'язані з новою позицією, приймаються охоче, оскільки відповідають новому ступеню дорослості; пропоновані вчителем навчальні завдання аналізуються за змістом. Таким чином, дитина вступає з дорослим у навчальні відносини, тобто у відносини, спрямовані на оволодіння новими способами дії [44, с. 35].

Тип дітей, для яких адаптація до шкільних умов виступає, як навчальна ситуація, найбільш готові до школи. Серед них виділяють два типи: переднавчальний, навчальний. Діти навчального типу цілком готові до школи – вони посткризові, їх розвиток визначається навчальною діяльністю, тому головним регулятором їх поведінки є зміст завдання, яким й визначаються відносини з вчителем. Дитина навчального типу може однаково глибоко аналізувати навчальний зміст завдання, як у присутності дорослого, так й самотійно – де б не знаходився першокласник навчального типу (в класі чи вдома), навчальне завдання виконується адекватним для нього набором дій (на відміну від дітей переднавчального типу).

Як зазначають В. Олійник і С. Максименко, мотивація дітей навчального типу переважно навчальна, або соціальна; внутрішня позиція характеризується поєднанням орієнтації на соціальні і власне навчальні аспекти шкільного життя. Однак, у деяких першокласників навчального типу ставлення до шкільних «ритуальних» вимог може бути вільним, що певним чином ускладнює їх адаптацію до школи. Спеціальної корекції такі ситуації не потребують – вчитель має лише стримано відноситися до негативних проявів, можливе закріплення [51, с. 30].

Для дітей переднавчального типу навчальна ситуація виступає у нерозривному зв'язку власних елементів; психічний розвиток таких дітей зазнає кризи. Діти переднавчального типу вже готові вирішувати посильні навчальні завдання, але лише у присутності дорослого – вчителя; вдома вони

відмовляються від допомоги батьків у виконанні навчальних завдань, тому що, на їх думку, батьки не можуть стати учасниками навчальної ситуації. Такі діти однаково уважно відносяться до усіх вказівок вчителя, будь то змістовне завдання чи прохання вимити дошку.

На думку М. Листопад, такий варіант ставлення до школи є в цілому сприятливим, проте в ньому криється певна небезпека – фіксація на формальних, незмістовних моментах навчання – тобто перетворення на псевдонавчальний тип. Вчителеві слід враховувати таку психологічну особливість дошкільників: для включення в роботу їм необхідно особисто до них обернена вказівка дорослого. Отже, у період адаптації першокласника до школи, вчитель повинен «включати» їх в роботу, звертаючись до них особисто – поглядом, словом, жестом [45, с. 26].

Для дитини дошкільного (ігрового) типу ігрова ситуація визначається абсолютно іншими компонентами (дитина-партнер-гра) і відповідно неспецифічна для школи. Такий першокласник не приймає статусу учня, не вбачає у вчителеві носія соціальних зразків; ним ігнорується навчальний зміст, а матеріал навчальних завдань перетворюється в ігровий; він не вступає в навчальні відносини з дорослими, ігнорує шкільні правила, норми шкільної поведінки. Оскільки вчитель і навчальний зміст не можуть бути включені в ігрову ситуацію, така дитина або грає з ідеальним партнером, або знаходить в класі такого ж, як сам, учня.

Мотивація у першокласників дошкільного типу переважно ігрова, внутрішня позиція при загальному позитивному відношенні до школи ще «дошкільна» – дитина прагне зберегти дошкільний спосіб життя, в якому їй було комфортно.

Першокласник псевдонавчального типу приймає навчальне завдання формально: займає позицію підлеглого, а дорослому відводять роль командира. Джерелом псевдонавчальної ситуації може стати звична для дитини дошкільна система взаємин з дорослими (батьками) або ж наявність надмірно авторитарного вчителя. Як вважають вітчизняні дослідники

(М. Безруких, О. Главник, С. Максименко та ін.), псевдонавчальна ситуація непродуктивна ані для адаптації першокласника до школи, ані до навчання і розвитку дитини – взагалі: якщо на перших уроках, коли багато уваги приділяється формальним вимогам (як сидіти, як тримати ручку тощо), дитині вдається досягти успіхів, то з ускладненням змісту навчання позиція виконавця стає все більш неприйнятною, й шкільні успіхи різко падають [6; 49].

Характеризуючи псевдонавчальний тип, Г. Колесова називає його «несприятливим для адаптації та навчання першокласника»: дитина такого типу характеризується певною інтелектуальною боязкістю; при самостійній роботі може вирішувати пропоновані задачі, але при спробі дорослого допомогти, дитина просто припинить роботу; від вчителя чекає завжди конкретних вказівок, відмовляється глибоко аналізувати зміст і прагне лише копіювати готові зразки [38, с. 36].

Корекція цього варіанту вимагає зміни ситуації навчання, введення творчих завдань, використання групових форм навчання, ігрових методів проведення уроків. Важливу роль в роботі з таким першокласником грає адекватна оцінка при схваленні за виконану роботу; змістовне обговорення різних способів рішення задач; створення умов для різних сюжетно-рольових ігор в процесі уроку.

На думку З. Бережко, комунікативний тип першокласника характерний для дітей, схильних до демонстративності, терплячих від дефіциту уваги – уся їх поведінка спрямована на залучення до себе особливої уваги дорослого, при цьому дитина готова говорити про що завгодно, лише б продовжити ситуацію спілкування. У таких дітей зазвичай не сформоване ігрове спілкування з однолітками. Єдиний спосіб полегшити ситуацію – не помічати зухвалої поведінки дитини, всіляко заохочувати дитину до будь-якої самостійної роботи; незвичайно ефективним способом спрямувати активність такої дитини в навчання є похвала. Мотивацією або стійкою внутрішньою позицією ані комунікативний, ані псевдонавчальний тип не володіє [7, с. 10].

Досліджуючи особливості адаптації першокласників до навчання в школі, Т. Гурковська зауважує, що в основі найбільш сприятливих факторів адаптації першокласника є: адекватна самооцінка дитини, відсутність конфліктних ситуацій в сім'ї, рівень освіти батьків, сприятливий статус у групі однолітків тощо (Табл. 1.2).

Таблиця 1.2
Фактори, що зумовлюють високий рівень адаптації [30]

№	Сприятливі фактори соціального мікросередовища	Високий рівень адаптації, %
1	Повна сім'я.	77,6
2	Високий рівень освіти батька.	87,9
3	Високий рівень освіти матері.	83,2
4	Правильні методи виховання в сім'ї.	95,3
5	Відсутність конфліктної ситуації через алкоголізм в сім'ї.	91,1
6	Відсутність конфліктної ситуації в сім'ї.	94,4
7	Позитивний стиль ставлення до дітей вчителя першого класу.	59,8
8	Функціональна готовність до навчання в школі.	86,9
9	Сприятливий статус дитини в групі до вступу в 1-й клас.	85,8
10	Задоволеність в спілкуванні з дорослим.	74,3
11	Адекватне усвідомлення свого статусу в групі однолітків.	97,8

Як вважають С. Максименко і В. Олійник, на успішність адаптації першокласника до освітнього процесу в школі впливають певні чинники:

– функціональна готовність до початку систематичного навчання, яка полягає у досягненні певного рівня розвитку органів і систем організму дитини для здатності адекватно реагувати на дії зовнішнього середовища;

– вік початку систематичного навчання, адаптаційний період в якому спостерігається висока напруженість всіх систем організму, низька і нестійка працездатність і який дуже важливий для фізичного, функціонального і

психічного розвитку – регуляції поведінки, орієнтації на соціальні норми і вимоги, закладення основ логічного мислення;

- стан здоров'я, який є одним з основних факторів впливу на успішність адаптаційного процесу і подальшого навчання; здорові діти найбільш легко адаптуються;

- рівень тренуваності адаптаційних механізмів, який потребує звички до тривалого перебування в дитячому колективі і значно полегшує адаптацію дітей, що відвідували дошкільний заклад перед школою;

- особливості життя дитини в сім'ї, які визначаються психологічною атмосферою в сім'ї, взаємостосунками між батьками, стилем виховання, статусом дитини в сім'ї, домашнім режимом життєдіяльності дитини тощо;

- психологічна готовність до освітнього процесу в школі, яка передбачає інтелектуальну готовність (рівень розвитку пізнавальних здібностей), емоційно-вольову готовність (емоційна зрілість, адекватність емоційного реагування, вольова регуляція поведінки) і особистісну готовність (мотиваційна готовність, комунікативна готовність);

- раціональна організація навчальних занять і режиму дня, яка є однією з головних умов для збереження здоров'я дітей протягом навчального року і полягає у відповідності режиму навчальних занять, методів викладання, змісту і насиченості освітніх програм, умов зовнішнього середовища віковим можливостям першокласників;

- відповідна організація рухової активності першокласника, яка є найефективнішим способом попередження і своєчасного запобігання стомлення, підтримки високої працездатності організму дитини [51, с. 30].

Отже, для успішної адаптації першокласника до освітнього процесу в школі необхідні певні педагогічні умови, створення сприятливого середовища у школі та вплив на домашню атмосферу дитини через співпрацю з батьками.

У план адаптаційної роботи обов'язково слід внести наступні напрями психолого-педагогічного супроводу: виявлення шкільного статусу дитини,

рівня задоволеності своїм становищем у класі; педагогічну діагностику навчального потенціалу дитини, особливостей інтелектуального розвитку та перебіг психічних процесів; вивчення сімейного статусу дитини, аналіз чинників, що негативно позначаються на шкільних успіхах малюка; робота з дітьми, які потребують спеціальної допомоги; консультування батьків; консультування та психологічний всеобуч батьків.

1.3. Педагогічні умови адаптації учнів першого класу до освітнього процесу у практиці сучасної початкової школи

Проведення психолого-педагогічної профілактики у перші місяці перебування першокласника в школі являє собою систему попереджуючих заходів, пов'язаних з усуненням зовнішніх причин, факторів та умов, що викликають його дезадаптацію до шкільного освітнього процесу.

У Концепції НУШ представлено коментар щодо особливостей організації освітнього процесу в школі I ступеню згідно з новою структурою. Так, в початковій школі виділено два цикли навчання: перший – адаптаційно-ігровий (1-2 класи); другий – основний (3-4 класи) [10].

Метою адаптаційно-ігрового (першого) циклу навчання є природне входження дитини в шкільне життя, послідовна адаптація першокласника до освітнього процесу та до нового шкільного середовища.

До особливостей адаптаційно-ігрового циклу освітнього процесу в першому класі початкової школи школі концепцією НУШ віднесено такі: навчальні завдання і час на їхнє виконання визначаються із врахуванням індивідуальних особливостей першокласників; можливість інтегрування навчального матеріалу у змісті споріднених предметів, або введення до складу предметів у вигляді модулів;– певна обмеженість обсягу домашніх завдань; організація освітнього процесу через діяльність з активним використанням ігрової діяльності – як під час уроку, так й у позакласній діяльності; можливість вибору (створення) вчителем навчальних програм у

межах стандарту початкової освіти; запровадження описового формувального оцінювання досягнень учнів – без традиційних оцінок; визначення, як найважливішого завдання вчителя, підтримання в кожному учневі впевненості і мотивації до пізнання [35].

Як зазначає Г. Бумар, концепцією Нової української школи виділено чотири групи методів профілактики дезадаптації першокласників до освітнього процесу в школі:

1) стимулювання і мотивація навчально-пізнавальної та ігрової діяльності – пізнавальні ігри, створення ситуацій емоційного переживання, створення ситуацій розважливості, створення ситуацій опори на життєвий досвід, створення ситуації успіху в навчально-пізнавальній та ігровій діяльності;

2) організація життя і діяльності дитячого колективу – створення ситуацій особистісної та групової перспективи, колективні ігри, вироблення колективно-єдиних вимог, колективне змагання, колективне самообслуговування;

3) спілкування і взаємодія в різних ситуаціях – повага, педагогічна вимогливість, переконання, осуд, розуміння, довіра, спонукання, співчуття, педагогічне застереження, аналіз вчинку, розв’язання конфліктної ситуації;

4) психолого-педагогічний вплив та стимулювання активності першокласника – приклад, пояснення, очікування радості, знаття напруги, звернення до самолюбства, самоповаги, звернення до любові, страждання, сорому, почуття прекрасного, вимога, навіювання [17].

При плануванні профілактичної роботи з першокласниками з метою успішної їх адаптації та формування мотиваційної готовності до навчання психологом розробляється відповідна програма занять, завданням якої є: надання реального уявлення про школу; корекція негативного ставлення до школи; розвиток довільності пізнавальних процесів; формування навчальної мотивації; навчання методів зняття психоемоційного напруження, формування саморегуляції поведінки.

Основними завданнями психолого-педагогічного супроводу адаптації першокласників до освітнього процесу в школі, як вважає О. Проскура, є наступні.

1. Створення умов для соціально-психологічної адаптації дітей в школі полягає у створенні згуртованого класного колективу; встановленні певних норм взаємостосунків з однолітками, вчителями, працівниками школи; пред'явленні учням єдиних і обґрунтованих вимог щодо виконання норм і правил поведінки, режиму шкільного дня, можливих критеріїв оцінки роботи, освоєння способів і прийомів освітньої діяльності тощо).

2. Підвищення рівня психологічної готовності дітей до освітнього процесу, засвоєння знань, пізнавального розвитку передбачає розвиток у першокласників когнітивних умінь і здібностей, навичок, необхідних для успішного шкільного навчання і складових поняття «психологічна готовність до школи»; розвиток у соціальних і комунікативних умінь, необхідних для встановлення міжособистісних відносин з однолітками і педагогами; формування стійкої навчальної мотивації на фоні позитивної «Я-концепції» першокласників, їх стійкої самооцінки і низького рівня шкільної тривожності.

Психологічна готовність до школи – цілісне утворення, що припускає досить високий рівень розвитку мотиваційної, інтелектуальної сфер і сфери продуктивності. Відставання у розвитку одного з компонентів психологічної готовності спричиняє відставання розвитку інших, що визначає своєрідні варіанти переходу від дошкільного дитинства до молодшого шкільного віку, а також успішність адаптації першокласника до освітнього процесу в школі.

3. Консультативна допомога педагогам з метою адаптації освітньої програми, навантаження, освітніх технологій до вікових і індивідуальних можливостей і потреб першокласників [54, с. 85].

На думку Т. Довженко, педагогічними умовами формування психологічної готовності першокласників до освітнього процесу в школі є:

– визначення педагогічно обґрунтованого змісту освітньої діяльності;

- спеціальний добір форм, методів та засобів навчання і виховання;
- індивідуалізація та диференціація підготовки першокласників до шкільного освітнього процесу із врахуванням їх пізнавальних інтересів;
- забезпечення розвитку інтересу першокласників до навчально-пізнавальної діяльності;
- особистісно орієнтований підхід до учнів-першокласників;
- готовність педагогів до формування психологічної підготовки першокласників до освітнього процесу в школі [31, с. 28].

Окрема увага в сучасній початковій школі й одним з чинників успішної адаптації першокласників до освітнього процесу в школі є організація освітнього середовища для групової ігрової, проектної і дослідницької видів діяльності учнів. Так, крім класичних варіантів класних кімнат доцільно використовувати новітні, наприклад, мобільні робочі місця, які можна легко трансформувати для групової роботи.

Перед школою поставлено завдання відшукати окремі приміщення з відкритим освітнім простором, що дозволить розширити поле діяльності за межі класу. У плануванні і дизайні освітнього простору першорядним має бути спрямування на розвиток дитини і мотивації її до навчання.

Великого значення для успішної адаптації першокласників до освітнього процесу в школі має впровадження в освітній процес початкової школи педагогіки партнерства між всіма учасниками освітнього процесу.

Педагогіка партнерства усіх учасників освітнього процесу, яка ґрунтується на принципах гуманізму й творчого підходу до розвитку особистості першокласника, реалізовується у спільній діяльності вчителя й першокласників, вчителя й батьків і передбачає взаєморозуміння, єдність інтересів і прагнень з метою особистісного розвитку і успішної адаптації дітей до навчання в школі. Як вважає Т. Бірюченська, головним завданням педагогіки партнерства є подолання інертності мислення, перехід на якісно новий рівень побудови взаємовідносин між учасниками освітнього процесу [11].

Відповідно до концепції НУШ, принципами партнерства в педагогіці є: повага до особистості; доброзичливість і позитивне ставлення; довіра у відносинах; діалог-взаємодія-взаємоповага; розподілене лідерство – право вибору та відповідальність за нього, горизонтальність зв'язків); принципи соціального партнерства – рівність сторін, добровільність прийняття зобов'язань, обов'язковість виконання домовленостей (Табл. 1.3).

Таблиця 1.3

Принципи педагогіки партнерства [13]

Основні риси педагогіки партнерства	Навчання без примусу	Самовизначення
	Висування значущих цілей	Педагогіка конкретної дії
Ідея переборення пізнавальних утруднень у колективній творчій діяльності	Об'єднання кількох тем навчального матеріалу в окремі блоки	Використання опор
Методика «занурення»	Спільне планування індивідуального темпу навчання	Самоаналіз у процесі індивідуального і колективного підведення результатів діяльності учнів
Вільний вибір (використання вчителем на свій розсуд навчального часу для кращого засвоєння матеріалу)	Створення інтелектуального фону навчання	Методика випереджувального навчання
Реалізація диференційованого навчання	Колективна творча виховна діяльність (самоврядування)	Активна участь учнів у контрольно-оцінювальній діяльності
Ідея життєтворчості	Систематичне залучення батьків до спільної діяльності з адаптації дитини до школи	

Для залучення першокласників до спільної діяльності В. Вітюк радить вчителів використовувати в своїй роботі не тільки стандартні методи організації освітнього процесу, але й виявляти ініціативу, будувати освітній процес таким чином, щоб учні були постійно залучені до спільної діяльності [21, с. 5]. На думку Ю. Гудименко, адаптація – це не лише пристосування до шкільних умов, це здатність першокласника розвиватися в новому освітньому середовищі – тобто в ситуації шкільного навчання дітям важливо не просто мімікрувати, а залишитися самими собою і зберегти родинні цінності, поєднавши їх із новими, що формуються внаслідок нових соціальних контактів з вчителем, педагогами, однокласниками. «Гармонійно вбудований у структуру особистості новий досвід даватиме дитині ресурс для подолання складних ситуацій шкільного життя» [29].

Авторський колектив науковців, за наукової редакції В. Панка [3], надає методичні рекомендації щодо адаптації дітей до навчання у школі в діяльності психологічної служби, затвержені наказом МОН України (20.08.2018 № 923), в яких визначено п'ять умов полегшення адаптації першокласників у перший місяць навчання (Рис. 1.4).

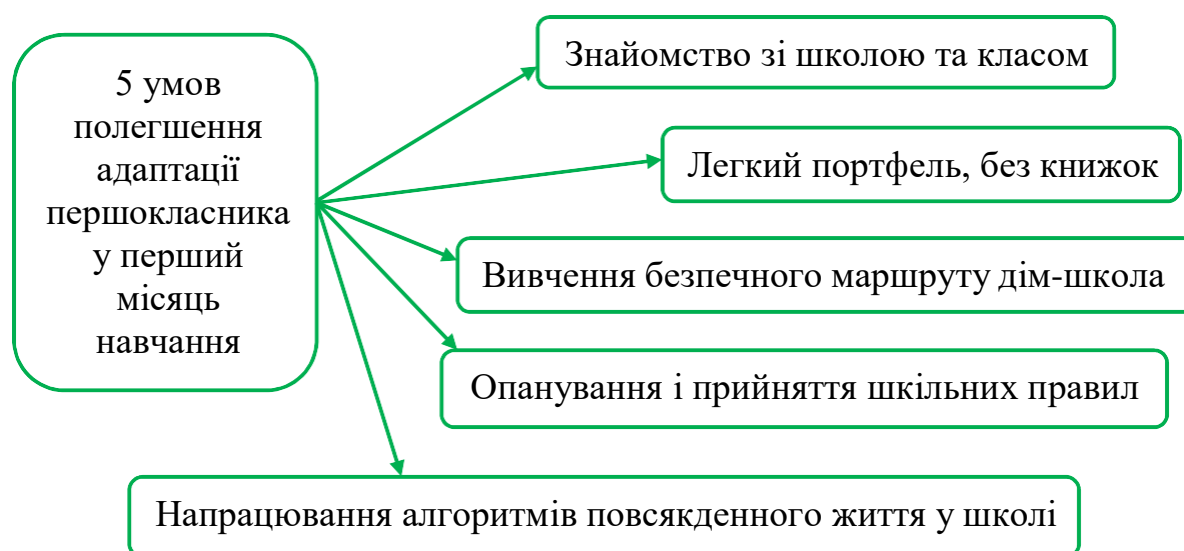


Рис. 1.4. Умови полегшення адаптації першокласника у перший місяць навчання

У якості інструментів педагогіки партнерства вчителів можна застосовувати в освітньому процесі цікаві й захоплюючі розповіді, відверту бесіду, справедливу і незалежну оцінку, заохочення до творчості, особистий приклад, зустрічі з цікавими людьми, організовувати спільний пошук рішень, спільні суспільно корисні справи тощо [24, с. 5].

Як зазначає В. Вугрич, учорашні дошкільники нетерпляче чекають першого вересня, мають позитивне налаштування на навчання. Дитина сприймає нову ситуацію у власному житті, як чудову гру: вона тепер першокласник, щасливий володар портфеля, підіймає руку на уроці, отримує оцінки тощо. Однак, деякі першокласники не можуть зробити крок далі, адже не лише зовнішні зміни у шкільному житті визначають його статус школяра. Дитина відчуває брак інтересу до школи, до цієї спочатку цікавої гри, але вийти з неї вже неможливо [22, с. 19].

Такі засоби сприяють підвищенню інтересу дітей до школи, її правил, зникає невпевненість, спілкуючись з вчителем, однокласниками, діти підтримують одне одного, поступово адаптуючись до нових умов. Такий першокласник не може справитися з психоемоційними навантаженнями, шкільні ситуації стають джерелом стресу, й, як наслідок, знижується працездатність та успішність навчання. Це й є дезадаптація першокласника до освітнього процесу в школі, подолати яку, за певних педагогічних умов, необхідно у самі перші місяці навчання – період адаптації першокласника.

Отже, педагогічними умовами адаптації першокласника до освітнього процесу в школі є такі.

1. Спрямованість освітнього процесу на інтереси першокласника на засадах педагогіки партнерства та особисто-орієнтованого підходу до навчання і виховання учнів. Дана педагогічна умова передбачає рівноправність учасників освітнього процесу (вчителів, педагогів, психологів, учнів та їх батьків); ставлення до першокласника, як до суб'єкта у педагогічному процесі, включення її у суб'єкт-суб'єктні взаємини у системі «вчитель-учень», «учень-учень», «педагог-батьки», «батьки-учень». При

цьому першокласник, як учень, визнається і приймається як рівноправний партнер, який має власну думку, здатний зробити свідомий вибір, вільний у своєму волевиявленні та діях (у розумних межах). Педагогічна стратегія базується на відмові від стандартів та шаблонів у виховному процесі, на нездійсненні насилля над природою дитини, розумінні самоцінності дитячого життя та вікового етапу розвитку першокласника.

2. Соціально-психологічний супровід першокласника у період адаптації до освітнього процесу в школі. Дана педагогічна умова передбачає спостереження та діагностику соціально-психологічної адаптації першокласника до школи; здійснення психологічної підтримки дитини (під якою розуміється процес, у якому дорослий зосереджується на позитивних сторонах дитини з метою зміцнення її самооцінки, допомагає повірити в себе, уникнути помилок, підтримує при невдачах) шляхом опори на сильні сторони дитини, уникнення підкреслення її промахів, демонстрації оптимізму, задоволення, любові та поваги до неї, прийняття індивідуальності дитини, виявлення віри у неї, уникнення дисциплінарних заохочень і покарань, надання дозволу самостійно вирішувати проблеми там, де це можливо, здійснення взаємодії з дитиною, проведення з нею більше часу; Виховання у дитини почуття соціальної відповідальності; гармонійне поєднання розвитку здібностей дитини з її морально-етичним розвитком для упередження дитячого егоцентризму.

3. Співпраця школи і сім'ї у процесі адаптації першокласника до освітнього процесу в школі. Як вважає В. Вугрич, така педагогічна умова передбачає тісну співпрацю вчителів, психологів з батьками першокласників у створенні сприятливого психологічного клімату і атмосфери успіху – як у школі, так й у сім'ї, за якого панує любов, повага, взаєморозуміння, співчуття і терплячість; забезпечення індивідуального підходу педагога до дітей через віру в унікальність кожної особистості, зацікавленість у долі кожної дитини, надання допомоги дитині в усвідомленні себе як особистості, існуванні у собі

істинного, вищого «Я», яке є джерелом альтруїстичних почуттів, нерозкритих потенційних можливостей [22, с. 19].

4. Забезпечення оптимального фізичного, інтелектуального, психічного розвитку першокласника. Дана педагогічна умова передбачає збагачення та розширення Я-образу особистості; забезпечення простору для вияву і розвитку інтелектуальних, творчих, художніх, спортивних здібностей, формування навичок творчого саморозвитку через розширення сфер діяльності першокласника.

5. Розвиток мотиваційної та вольової сфери особистості першокласника. Дана педагогічна умова передбачає розвиток у першокласника необхідних психологічних якостей – ініціативності, здатності до вмотивованого ризику, адекватної самооцінки, високої працездатності, сили волі, самодисципліни, відповідальності, уміння розподіляти свій час, впевненості, самоповаги, стійкості у подоланні труднощів [47, с. 70].

Дитина, надходячи в школу, повинна бути зрілою у фізіологічному і соціальному відношенні, успішність навчання дитини в школі також залежить від її психологічної зрілості.

Основними компонентами адаптованості першокласника до освітнього процесу в школі є:

– інтелектуальна готовність, яка передбачає розвиток у першокласника розумових процесів – здатність узагальнювати, порівнювати об'єкти, класифікувати їх, виділяти істотні ознаки, робити висновки; наявність певних образних та етичних уявлень, відповідний мовленнєвий розвиток, пізнавальну активність

– особистісна готовність, яка передбачає наявність розвитої навчальної мотивації, навичок спілкування і спільної діяльності;

– вольова та моральна готовність, яка передбачає певний рівень досягнення позитивної емоційної і вольової стійкості, завдяки яким можливі розвиток і здійснення освітньої діяльності.

Спираючись на визначені науковцями педагогічні умови успішної адаптації першокласника до освітнього процесу в школі, практична методика успішної адаптації першокласників передбачає створення певних педагогічних умов успішної адаптації першокласників до освітнього процесу в школі:

- 1) розвиток довільності пізнавальних процесів першокласників;
- 2) розвиток вольової саморегуляції;
- 3) мотивації шкільної успішності;
- 4) організація взаємодії учнів для створення сприятливого психологічного мікроклімату в класному колективі, формування комунікативних умінь та навичок для доброзичливого, толерантного стилю спілкування дітей з однолітками та дорослими;
- 5) зниження рівня шкільної та загальної тривожності, розвиток дрібної моторики рук і формування позитивної самооцінки першокласників.

Період входження дитини в шкільне життя називають періодом соціально-психологічної адаптації дитини до нових умов. Пошук ефективних шляхів, подолання шкільної дезадаптації першокласника є важливою проблемою педагогічної практики сучасної початкової школи і потребує уваги зі сторони психологів, учителів і батьків.

Успішна адаптація до шкільного життя залежить від рівня готовності дитини до навчання в першому класі, сформованості основних передумов навчальної діяльності. Чим краще готовий організм дитини до всіх змін, пов'язаних із початком навчання в школі, до труднощів, яких не уникнути, тим легше вона їх подолає, тим спокійнішим буде процес пристосування до школи. Практика показує, що у дітей, не готових до систематичного навчання, набагато важче і триваліше проходить адаптація, пристосування до школи.

Новацією у практиці сучасної початкової школи є методика ефективної адаптації першокласників до навчання в школі на засадах інтегративного підходу у навчанні.

Дидактичний зміст інтегративного підходу до навчання полягає у взаємозв'язку змісту, методів і форм роботи з навчальним матеріалом з різних навчальних предметів, який інтегрують навколо певного об'єкту чи явища, або навколо розв'язання проблеми міжпредметного характеру, чи для створення творчого продукту тощо. Оптимальною моделлю інтеграції є інтеграція навколо соціокультурної теми під час тематичних днів чи тижнів.

Модель процесу педагогічної адаптації першокласників до навчання в школі дає змогу здійснювати управління цим процесом на діагностичній основі з використанням комплексу психолого-педагогічних, мотиваційно-цільових, організаційно-виконавський та регулятивно-корекційних чинників.

Планування адаптації дітей до школи розраховане на два тижні.

Організуючи ознайомлення першокласників зі школою, педагог має ставити в центрі уваги саму дитину та необхідність її гармонійного розвитку.

Створення єдиного для навчальних предметів тематичного простору дозволяє уникнути дублювання інформації у змісті різних навчальних дисциплін та, водночас, розглянути аналогічний матеріал одночасно з різних боків, за допомогою різних дидактичних засобів, що забезпечує збалансованість у сприйманні інформації різних освітніх галузей, психологічно комфортну атмосферу навчальних занять і сприяє успішній адаптації дітей до навчання в школі.

Отже, педагогічними умовами успішної адаптації першокласника до освітнього процесу в школі є:

1) спрямованість освітнього процесу на інтереси першокласника на засадах педагогіки партнерства та особисто-орієнтованого підходу до навчання і виховання учнів;

2) соціально-психологічний супровід першокласника на засадах співпраці школи і сім'ї у процесі адаптації першокласника до освітнього процесу в школі;

3) забезпечення оптимального фізичного, інтелектуального, психічного розвитку першокласника;

4) розвиток мотиваційної та вольової сфери особистості першокласника.

Висновки до першого розділу

На підставі здійсненого аналізу наукової літератури доведено актуальність досліджуваної проблеми, яка детермінована тим, що новизна шкільного освітнього процесу зумовлює перебудову усього способу життя та діяльності першокласника, тому потребує спеціальної педагогічної, психологічної і соціальної роботи педагогів, психологів і батьків до дитини в адаптаційний період.

Уточнено поняття «адаптація» і «адаптація першокласника до школи»; З'ясовано, що адаптація є механізмом соціалізації особистості включення її в систему нових відносин і громадських зв'язків; адаптація першокласника до школи є переходом дитини до систематичного шкільного навчання та звикання до шкільних умов.

Визначено: складові адаптації (біологічна, психологічна і соціальна адаптація); види адаптації першокласника (організму до нових умов життя і діяльності, до фізичних та інтелектуальних навантажень; до нових соціальних відносин і зв'язків, просторово-часових відносин, особистісно-смыслових відносин, до характеристики діяльності та спілкування дитини; до нових умов пізнавальної діяльності; ознаки адаптації першокласника до освітнього процесу у школі; орієнтовний та оптимальний термін адаптаційного періоду; етапи адаптації та їх особливості; рівні адаптації першокласників до освітнього процесу в школі; здійснено типологізацію здатності дитини адаптуватися до школи; встановлено фактори, що зумовлюють високий рівень адаптації першокласника до освітнього процесу в школі.

Визначено педагогічні умови адаптації першокласника до освітнього процесу в школі: 1) спрямованість освітнього процесу на інтереси першокласника на засадах педагогіки партнерства та особисто-орієнтованого підходу до навчання і виховання учнів; 2) соціально-психологічний супровід першокласника на засадах партнерства і співпраці школи і сім'ї у процесі адаптації першокласника до освітнього процесу в школі; 3) забезпечення оптимального фізичного, інтелектуального, психічного розвитку першокласника; 4) розвиток мотиваційної та вольової сфери особистості першокласника.

Спираючись на визначені педагогічні умови успішної адаптації першокласника до освітнього процесу в школі, практична методика успішної адаптації першокласників передбачає виконання завдань: 1) системний підхід до визначення освітніх завдань і засобів, доцільного відбору матеріалу для засвоєння і використання дітьми в навчальній діяльності, що сприяють розвитку мислення, довірливості пізнавальних процесів; вольової саморегуляції, довірливої регуляції поведінки першокласників; 2) організація взаємодії учнів для створення сприятливого психологічного мікроклімату в класному колективі, формування комунікативних умінь та навичок для доброзичливого, толерантного стилю спілкування дітей з однолітками та дорослими; 3) зниження рівня шкільної та загальної тривожності, розвиток дрібної моторики рук, мотивації шкільної успішності, формування позитивної самооцінки першокласників.

Війна в країні визначила на найближче десятиліття ще одне пріоритетне чи не для кожного фахівця завдання – надавати психологічну допомогу дітям, які зазнали впливу стресогенних подій. Дитина, надходячи в школу, повинна бути зрілою у фізіологічному і соціальному відношенні, успішність навчання дитини в школі також залежить від її психологічної зрілості.

РОЗДІЛ 2

ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА ПЕРЕВІРКА ЕФЕКТИВНОСТІ ПЕДАГОГІЧНИХ УМОВ АДАПТАЦІЇ ПЕРШОКЛАСНИКІВ ДО ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ У ПРАКТИЦІ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ

2.1. Дослідження рівнів адаптованості учнів 1 класу до освітнього процесу в школі

Метою даного дослідження є перевірка ефективності методики успішної адаптації першокласників до освітнього процесу в школі, яка спирається на створення певних педагогічних умов: спрямованість освітнього процесу на інтереси першокласника на засадах педагогіки партнерства та особисто-орієнтованого підходу до навчання і виховання учнів; соціально-психологічний супровід першокласника на засадах партнерства і співпраці школи і сім'ї у процесі адаптації першокласника до освітнього процесу в школі; забезпечення оптимального фізичного, інтелектуального, психічного розвитку першокласника; розвиток мотиваційної та вольової сфери особистості першокласника.

Експериментальною базою дослідження обрано 1 клас Рогинського ЗЗСО I-III ст. Роменського району Сумської області. Дослідженням охоплено 20 учнів 1 класу, 2 вчителі, практичний психолог, директор школи, 35 батьків учнів. Дослідження тривало 4 місяці (вересень-грудень) 2022-2023 навчального року і проходило у три етапи: констатувальний (початковий діагностичний), формувальний (корекційно-розвивальний), контрольний (завершальний діагностичний).

Метою констатувального етапу дослідження є діагностика адаптованості першокласників до освітнього процесу в школі практичним шляхом і передбачала:

– вивчення відповідної документації щодо стану психічного, фізичного здоров'я учня (фізіологічне пристосування організму; здатність організму до енерговитрат; відсутність захворювань і психосоматичної симптоматики в період адаптації); обстеження соціальних умов в сім'ї, бесід та анкетування

батьків, вчителів (Додаток А);

– діагностику адаптованості учнів до освітнього процесу в школі з використанням методик: 1) Опитувальник для вчителів, 2) Опитувальник для батьків методики «Експертна оцінка адаптованості учнів перших класів до освітнього процесу в школі» (Додаток А); методики проєктивних малюнків 3) «Я вдома», 4) «Я в школі», 5) «Школа тварин» під час діагностичних занять (Додаток Б). Визначено критерії і показники адаптованості до освітнього процесу в школі та діагностичні методики (Табл. 2.1).

Таблиця 2.1

Критерії, показники, і методики діагностики адаптованості першокласників до освітнього процесу в школі

№	Критерії, показники	Методики
1	Ефективність навчальної діяльності (навчальна активність, засвоєння знань, успішність); засвоєння шкільних норм поведінки (поведінка на уроці, поведінка на перерві); успішність соціальних контактів (взаємини з однокласниками, ставлення до вчителя); емоційне благополуччя (емоційний стан, негативні емоційні прояви, тривожність, окремі депресивні прояви, плач, пригнічення, агресивні реакції).	Опитувальник для вчителів методики «Експертна оцінка адаптованості дитини до школи»
2	Успішність виконання шкільних завдань; ступінь зусиль, необхідних дитині для виконання шкільних завдань; самостійність дитини у виконанні шкільних завдань; настрої, з яким дитина йде до школи; взаємини з однокласниками; оцінка адаптованості.	Опитувальник для батьків «Експертна оцінка адаптованості»
3	Адаптованість до шкільних умов; чинники впливу на процес адаптації; психологічний мікроклімат в сім'ї; стан розвитку уяви, дрібної моторики рук.	Проєктивний малюнок «Я вдома»
4	Адаптованість до освітнього процесу; чинники впливу на процес адаптації; психологічний мікроклімат в сім'ї; стан розвитку творчої уяви, дрібної моторики рук, уміння дотримуватись встановлених правил.	Проєктивний малюнок «Я в школі»
5	Адаптованість до освітнього процесу; чинники впливу на процес адаптації; стан розвитку мислення, дрібної моторики рук; сформованість позитивної навчальної мотивації, почуття відповідальності.	Проєктивний малюнок «Школа тварин»

Відповідно до розроблених критеріїв та показників визначено 3 рівні адаптованості першокласників до освітнього процесу в школі: високий; середній, низький (Табл. 2.2).

Таблиця 2.2

Рівні адаптованості першокласників до освітнього процесу в школі

Рівні	Показники
Високий	Позитивно ставиться до школи, до пропонованих вимог; сприймає адекватно навчальний матеріал та легко, глибоко і повно оволодіває програмним матеріалом; вирішує ускладнені завдання; старанний, уважний; проявляє великий інтерес до самостійної навчальної роботи; доручення виконує охоче й сумлінно, займає в класі сприятливе статусне положення.
Середній	Позитивно ставиться до школи, її відвідування не викликає негативних переживань; розуміє навчальний матеріал, якщо вчитель викладає його детально і наочно; засвоює основний зміст навчальних програм; самостійно вирішує типові завдання; зосереджений і уважний при виконанні завдань, доручень, вказівок дорослого, але за його контролем; буває зосередженим лише при виконанні цікавого для нього завдання; майже завжди готується до уроків і виконує домашнє завдання; доручення виконує сумлінно; дружить з багатьма однокласниками.
Низький	Негативно або індиферентно ставиться до школи; нерідкі скарги на недугу, домінує пригнічений настрій; спостерігаються порушення дисципліни; навчальний матеріал засвоює фрагментарно; самостійна робота з підручником утруднена, при виконанні самостійних завдань не виявляє інтересу; до уроків готується нерегулярно; необхідний постійний контроль, систематичні нагадування, спонукання з боку вчителя і батьків; зберігає працездатність і увагу при подовжених паузах для відпочинку; для розуміння нового рішення задач за зразком потрібна значна допомога з боку вчителя і батьків; доручення виконуються під контролем без особливого бажання; пасивний; близьких друзів не має, знає по іменах і прізвищах лише частину однокласників.

Таблиця 2.3

Результати констатувальної діагностики адаптованості першокласників
Рогинського ЗЗСО І-ІІІ ст. до освітнього процесу в школі

№	Ім'я, прізвище учня	№ методики, оцінка					Рівень
		1	2	3	4	5	
1	Біскуп Артем	-	-	-	-	-	Н
2	Грицай Тетяна	0	+	+	+	+	В
3	Жук Роман	-	-	-	-	-	Н
4	Коваленко Ангеліна	0	0	0	0	0	С
5	Кубрак Анастасія	0	0	0	0	0	С
6	Майстренко Поліна	+	+	+	+	+	В
7	Міщенко Максим	+	+	+	+	+	В
8	Миколенко Софія	0	0	0	0	0	С
9	Михайлов Дмитро	+	+	+	+	+	В
10	Нестеренко Ілля	-	-	-	0	-	Н
11	Павленко Софія	0	0	0	0	0	С
12	Парахненко Костянтин	+	+	+	+	+	В
13	Рудь Назар	0	0	0	0	0	С
14	Синяєва Владислава	+	+	+	+	+	В
15	Старун Альбіна	0	0	0	-	0	С
16	Шарун Назар	+	+	+	+	+	В
17	Шарун Уляна	+	+	+	+	+	В
18	Штерєб Мирослава	0	0	0	0	0	С
19	Штерєб Ростислав	-	-	-	-	-	Н
20	Ющенко Валерія	0	0	0	-	0	С

Таблиця 2.4

Кількісний аналіз результатів констатувальної діагностики учнів 1 класу
Рогинського ЗЗСО І-ІІІ ст. за методиками

Методика	Рівні	Усього учнів	Високий		Середній		Низький	
			учнів	%	учнів	%	учнів	%
Опитувальник для вчителів		20	7	35	9	45	4	20
Опитувальник для батьків		20	8	40	8	40	4	20
«Я вдома»		20	8	40	8	40	4	20
«Я в школі»		20	8	40	8	40	4	20
«Школа тварин»		20	8	40	7	40	5	20
Загальний рівень		20	8	40	8	40	4	20

Графічна інтерпретація результатів констатувальної діагностики учнів 1 класу Рогинського ЗЗСО І-ІІІ ст. представлено діаграмою рівнів адаптованості до освітнього процесу в школі за результатами діагностики на початково-діагностичному етапі дослідження (Рис. 2.1).

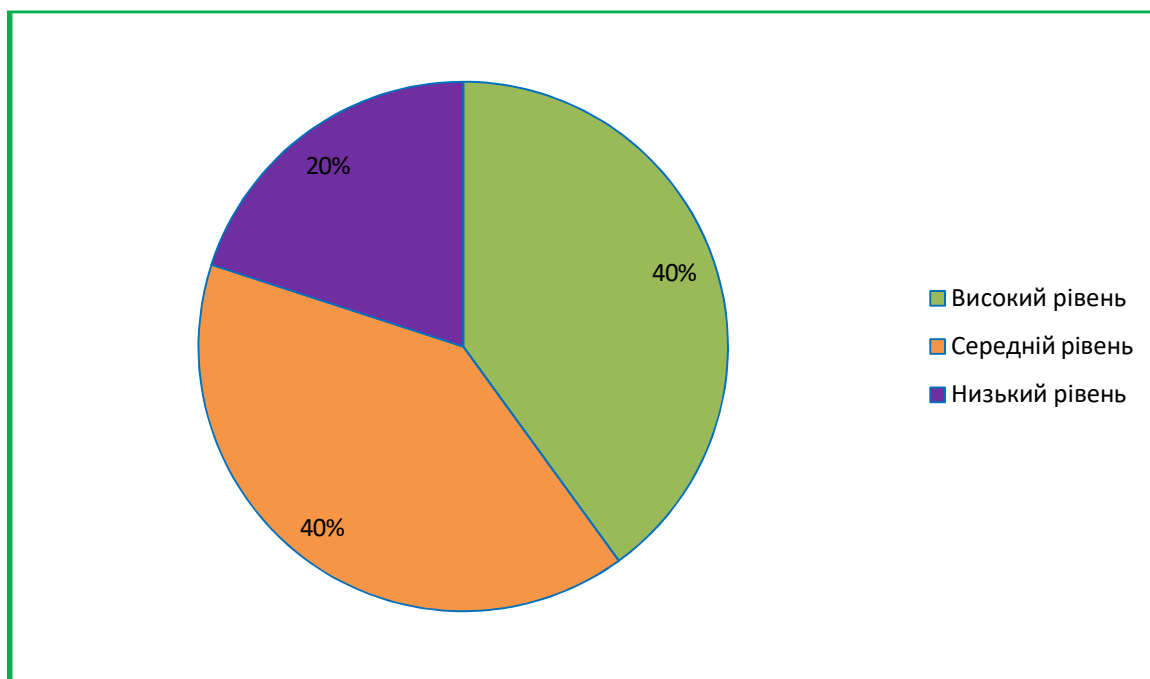


Рис. 2.1. Рівні адаптованості учнів 1 класу Рогинського ЗЗСО І-ІІІ ст. до освітнього процесу в школі за результатами діагностики на початково-діагностичному етапі дослідження

За результатами якісного аналізу констатувальної діагностики адаптованості першокласників до освітнього процесу в школі можна зробити такі висновки.

Проводячи бесіди, опитування учнів 1 класу, ми виявили, що у 78% (16 осіб) учнів переважає навчальний мотив («хочу ходити до школи, щоб навчитися писати, малювати, рахувати гроші, взнавати все про світ тощо»);

соціальний мотив навчання («хочу ходити до школи, щоб добре вчитися, потім вчитися в інституті, бути майстром власної справи, хочу спілкуватися з друзями, разом виконувати завдання, вирішувати проблеми тощо») чітко виражений у 40% (8 осіб);

ігровий мотив навчання виявлений у 25% (5 осіб) «хочу ходити до школи, тому що весело на перервах, можна бігати у великих коридорах тощо».

За методикою №1 («Опитувальник для вчителів») за визначеними критеріями виявлено:

– високий рівень адаптованості до освітнього процесу в школі показали 35% учнів (Поліна М., Максим М., Дмитро М., Костянтин П., Владислава С., Назар Ш., Уляна Ш.), що характеризується такими показниками: навчальна активність на уроці, добре засвоєння знань; засвоєння норм поведінки на уроці і на перерві; комунікативна успішність у налагодженні соціальних контактів з однокласниками, ставленні до вчителя, ставленні до себе як до школяра; виявлення емоційного благополуччя – спокійний позитивний емоційний стан, доброзичливість, добрий настрій та відсутність негативних емоційних проявів;

– середній рівень адаптованості до освітнього процесу в школі виявлено у 45% учнів (Тетяна Г., Ангеліна К., Анастасія К., Софія М., Софія П., Назар Р., Альбіна С., Мирослава Ш., Валерія Ю.). Ці учні позитивно ставляться до школи, розуміють навчальний матеріал, якщо вчитель викладає його детально і наочно; засвоюють основний зміст навчального матеріалу; зосереджені і сумлінні при виконанні доручень, вказівок вчителя, але потребують контролю; деякі з них зосереджуються лише при виконанні цікавого для нього завдання; ці учні майже завжди готуються до уроків і виконують домашнє завдання; мають позитивні стосунки з багатьма однокласниками; відвідування школи не викликає негативних переживань та шкільної тривожності;

– низький рівень адаптованості виявлено у 20% учнів – це хлопчики (Артем Б., Роман Ж., Ілля Н., Ростислав Ш.), які негативно або байдуже ставляться до навчання; засвоюють деякі фрагменти навчального матеріалу; до виконання самостійних завдань не виявляють інтересу; до уроків готується нерегулярно; їм необхідний постійний контроль, систематичні

нагадування, спонукання з боку вчителя і батьків; паузи для відпочинку подовжені; без допомоги вчителя не розуміють нового виконання завдання, навіть за зразком; доручення виконують без особливого бажання; ці хлопці на уроках пасивні, але на перервах активно порушують дисципліну; не прагнуть шукати друзів серед однокласників, по іменах і прізвищах знають лише деяких однокласників; емоційний стан нерівний – нерідкі скарги на недугу, домінує тривожність, пригнічений настрій; Ростислав навіть агресивним буває.

Графічна інтерпретація діагностики учнів 1 класу Рогинського ЗЗСО І-ІІІ ст. адаптованості до освітнього процесу в школі за методикою №1 представлено діаграмою (Рис. 2.2).

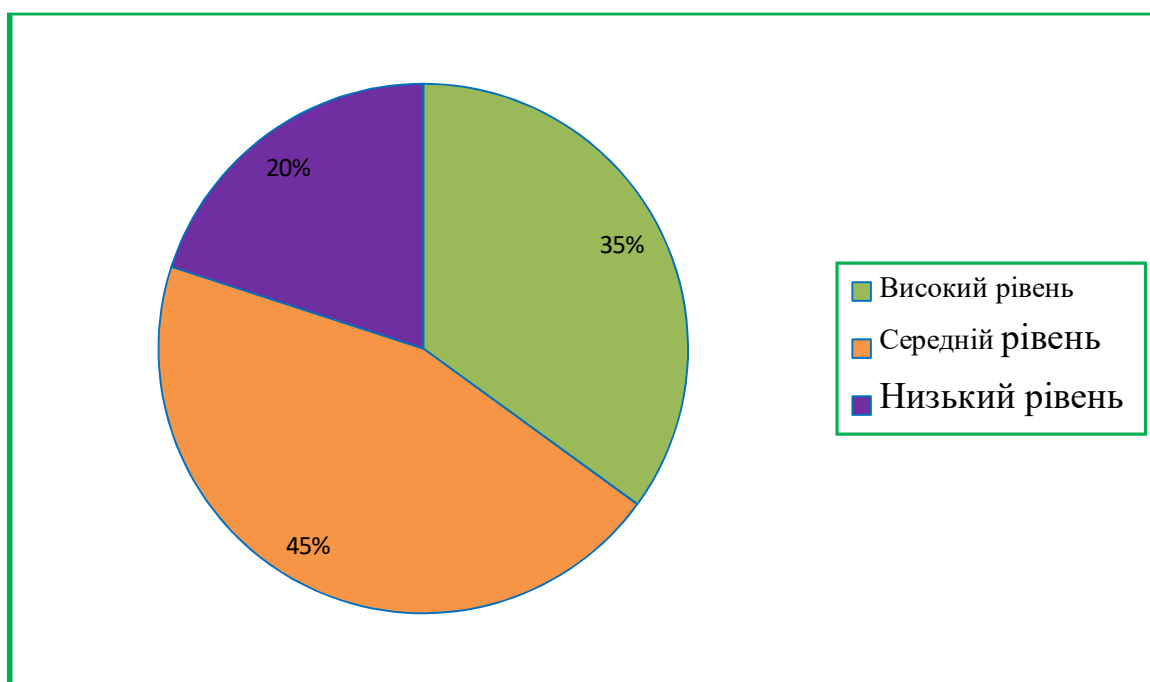


Рис. 2.2. Результати діагностики учнів 1 класу Рогинського ЗЗСО І-ІІІ ст. за методикою №1 на початково-діагностичному етапі дослідження

За методикою №2 («Опитувальник для батьків») за критеріями: успішність виконання шкільних завдань; ступінь зусиль, необхідних дитині для виконання шкільних завдань; самостійність дитини у виконанні шкільних завдань; настрої, з яким дитина йде до школи; взаємини з однокласниками,

виявлено: 40% учнів (Тетяна Г., Поліна М., Максим М., Дмитро М., Костянтин П., Владислава С., Назар Ш., Уляна Ш.) мають високий рівень адаптованості до освітнього процесу; з середнім рівнем – 40% учнів (Ангеліна К., Анастасія К., Софія М., Софія П., Назар Р., Альбіна С., Мирослава Ш., Валерія Ю.) і з низьким рівнем – 20% учнів (Артем Б., Роман Ж., Ілля Н., Ростислав Ш.).

Результати діагностики за проєктивним малюнком «Я вдома» (методика №3), демонструють наступне: учні намалювали саму будівлю дому, дерева, квіти біля хати, а також себе з друзями або з одним із членів сім'ї. Також можна побачити на малюнку як діти проводять свій вільний час: збирають гриби, листочки (дівчатка), Максим М., Дмитро М. грають у комп'ютерні ігри, Поліна М., Ангеліна К., Анастасія К. дивляться телевізор; Ілля Н., Ростислав Ш. грають у футбол; Назар Р., Костянтин П. запускають повітряного змія разом з татами; Артем Б., катається на велосипеді; Поліна М., Максим М. читають книжку, Софія М., Софія П. пишуть в зошиті (виконують домашнє завдання), поруч з Софією П. – мама.

Малюнки, на яких не зображено жодного члена сім'ї говорять про не зовсім добрий мікроклімат в сім'ї дитини, як й переважаючі кольори: відтінки яскраво-червоного, фіолетовий, чорний (Артем Б., Ілля Н.) вказують на високий рівень тривожності.

Аналізуючи методика №4 – проєктивний малюнок «Я в школі», ми виявили, що переважна більшість першокласників намалювали будівлю школи, класну кімнату, парти, підручники на партах, олівці, зошити, дошку із написаними на ній цифрами, буквами, себе та своїх друзів-однокурсників в спортзалі. Гама кольорів різноманітна: від яскраво червоного кольору до темних кольорів. Так, Артем Б. разом із книжкою та зошитом намалював іграшки – автівки та м'яч; і Роман Ж. – як він усміхнений біжить шкільним коридором на перерві; Альбіна С. намалювала себе серед квітів з лялькою, а Валерія Ю. – як вона біжить до мами – це свідчить про прагнення дівчат та хлопців бути поза школою, вони відчують в школі дискомфорт. Гама

кольорів різнобарвна: від яскраво-червоного – до густого чорного.

Аналізуючи результати діагностики за методикою №5 (Проективний малюнок «Школа тварин») ми виявляли показники адаптованості до освітнього процесу, чинники впливу на процес адаптації, стан розвитку мислення, дрібної моторики рук, сформованість позитивної навчальної мотивації, почуття відповідальності. На малюнках учні зобразили тих тварин, які їм добре відомі: зайчики, лисички, ведмедики, їжачки; крім тварин є також птахи. Деякі учні намалювали власних домашніх тварин – kota, песика, папугу.

Учні виявили у малюнках добре розвинену дрібну моторику рук. На жаль, хлопчики з низьким рівнем адаптованості (Артем Б., Роман Ж., Ілля Н., Ростислав Ш.) показали цей показник, як й показник навчальної мотивації, на низькому рівні. Проте Артем Б. і Ростислав Ш. вбачають себе у ролі «директора» школи тварин – це свідчить про високий рівень тривожності із завищеною самооцінкою, тоді як Роман Ж. та Ілля Н. намалювали себе таким чином: Ілля – як зайчика, що виглядає з-за куща, а Роман – як маленького їжачка, який біжить від школи тварин – це свідчить про високий рівень тривожності з заниженою самооцінкою.

Вплив несприятливих факторів на адаптацію дитини до школи, за даними того ж дослідження, має наступну низхідну послідовність: неправильні методи виховання в сім'ї, функціональна готовність до навчання у школі, незадоволеність у спілкуванні з дорослими, неадекватне усвідомлення свого становища в групі однолітків, низький рівень освіти матері, конфліктна ситуація через алкоголізм, негативний статус дитини до вступу в перший клас, низький рівень освіти батька, конфліктна ситуація в сім'ї, негативний стиль ставлення до дітей вчителя, неповна сім'я.

На жаль за результатами обстеження психологічного мікроклімату в сім'ях наших першокласників, які за результатами діагностики мають низький рівень адаптованості до освітнього процесу в школі, більшість з цих чинників присутня.

Оскільки результати діагностики за чотирма методиками виявилися однаковими, графічна інтерпретація діагностики учнів 1 класу Рогинського ЗЗСО І-ІІІ ст. адаптованості до освітнього процесу в школі за методиками №2, №3, №4, №5 представлено діаграмою (Рис. 2.3).

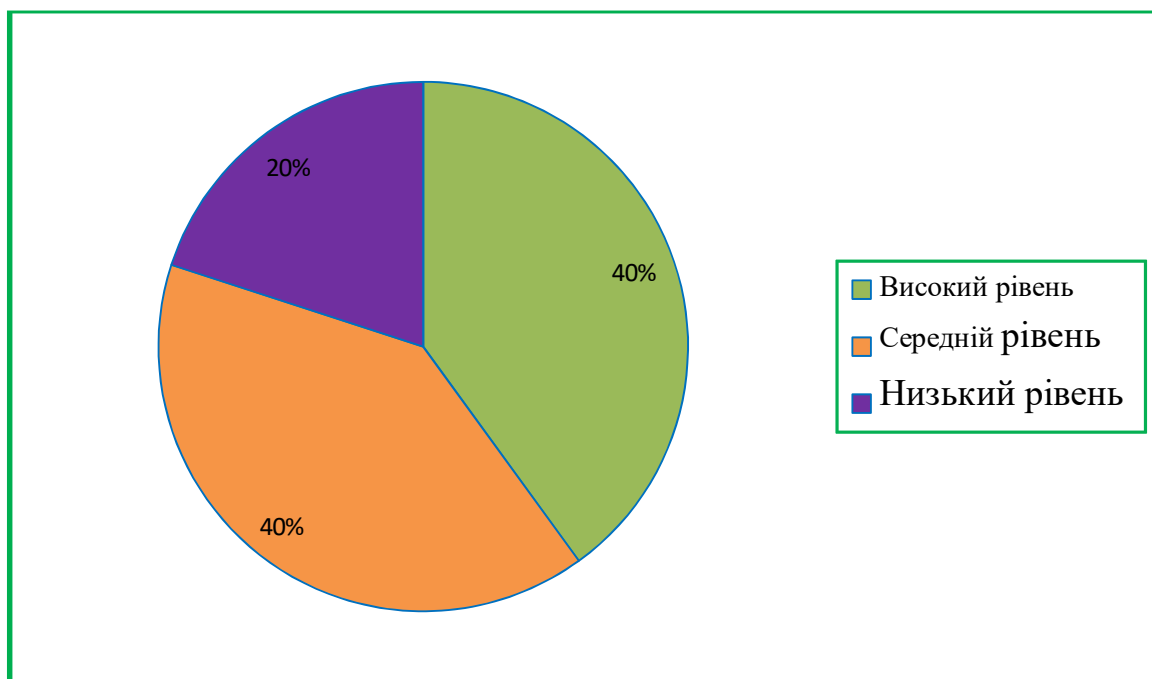


Рис. 2.3. Результати діагностики учнів 1 класу Рогинського ЗЗСО І-ІІІ ст. за методиками №№ 2-5 на початково-діагностичному етапі дослідження

Здійснивши кількісний та якісний аналіз результатів діагностики адаптованості учнів 1 класу за 5-ма методиками, ми передусім, виявляємо тих дітей, хто потребує спеціальної корекційно-розвивальної роботи психолога, індивідуальної навчальної роботи вчителя, а також визначаємо індивідуальні їх психологічні особливості, загальну здатність до навчання з метою індивідуалізації пізнавальної діяльності та організації повноцінного спілкування.

У нашому випадку це 4 першокласники: Артем Б., Роман Ж., Ілля Н., Ростислав Ш. – в яких є усі ознаки потенційної дезадаптації, якщо не початки проводити корекційно-розвивальну роботу. Однак, враховуючи, що 40% учнів мають середній рівень адаптованості до освітнього процесу в школі, ми

прийняли рішення проводити систему роботи з успішної адаптації з усіма учнями класу. Хоча 40% учні мають високий рівень адаптованості, вони допоможуть іншим учням, наприклад, у процесі формування комунікативних навичок, виховання дружніх стосунків між учнями, створенні позитивного настрою у класі тощо. Крім того, коли корекційно-розвивальні заняття проводять з усім класом, усі учні почувають себе рівними.

Отже, пропонована система практичної роботи з адаптації першокласників, базується на створенні означених педагогічних умов в освітньому процесі та поетапному проведенні занять протягом адаптаційного періоду.

2.2. Методика реалізації в освітньому процесі системи адаптації першокласників

На формувальному етапі дослідження метою є перевірка ефективності системи практичної роботи з успішної адаптації першокласників до освітнього процесу в школі.

Для успішної адаптації першокласників до освітнього процесу в школі можна створити обґрунтовані та визначені педагогічні умови. Ці умови включають:

- спрямованість освітнього процесу на інтереси першокласників, заснована на педагогіці партнерства та особисто-орієнтованому підходу до навчання і виховання учнів;

- соціально-психологічний супровід першокласників з активною співпрацею між школою та сім'єю під час адаптаційного періоду до освітнього процесу;

- забезпечення оптимального фізичного, інтелектуального та психічного розвитку першокласників;

- розвиток мотиваційної та вольової сфери особистості першокласників.

Запропонована система практичної роботи з успішної адаптації першокласників до освітнього процесу в школі базується на створенні означених педагогічних умов та поетапному проведенні занять протягом адаптаційного періоду.

Заняття відбуваються один раз на тиждень і займають близько 40-45 хвилин. Вони організовані у формі ігор і проводяться психологом та вчителем з усіма 20-ма учнями 1 класу Рогинського ЗЗСО І-ІІІ ст.

У межах системи практичної роботи з успішної адаптації першокласників до освітнього процесу в школі визначено завдання відповідно до обґрунтованих педагогічних умов:

1) системний підхід до визначення освітніх завдань і засобів, що сприяють розвитку мислення, довільності пізнавальних процесів, вольової саморегуляції та поведінки першокласників;

2) організація взаємодії між учнями для створення сприятливого психологічного мікроклімату в класному колективі, а також формування комунікативних умінь і навичок для доброзичливого та толерантного спілкування;

3) зниження рівня тривожності та розвиток дрібної моторики рук, мотивації до шкільної успішності, а також формування позитивної самооцінки першокласників.

Така система передбачає проведення діагностичних на початково-діагностичному та на завершально-діагностичному етапах дослідження та корекційно-розвивальних занять на формувальному етапі дослідження протягом адаптаційного періоду для розвитку у першокласників необхідних знань, умінь та особистісних якостей для успішної адаптації до освітнього процесу в школі (Табл. 2.5).

Таблиця 2.5

Планування занять для проведення на формувальному етапі дослідження

№	Тема заняття	Вид роботи	Час, хв
1	2	3	4
1	«Ім'я»	Вступ. 1. Слова психолога. 2. Вправа-привітання «Знайомство». 3. Вправа «Сліпий і поведир». Основна частина. 1. Релаксаційна вправа. Етюд «Сонечко». 2. Вправа «Сонечко». 3. Рухова вправа «Про сонце». 4. Вправа «Придумати слова». Завершальна частина. 1. Вправа «Ім'я». 2. Заключна рефлексія. 3. Ритуал прощання.	40
2	«Моя сім'я»	Вступ. 1. Слова психолога. 2. Вправа-привітання «Ім'я». 3. Вправа-розминка Гра «Помінятися місцями – ті, у кого...». Основна частина. 1. Інформаційне повідомлення «Сім'я». 2. Малюнок «Моя сім'я». 3. Казка «Як мати стала зозулею». 4. Рухова вправа. Зарядка для «слухняних» пальчиків. 5. Вправа «Прикрась слово». Завершальна частина. 1. Вправа-гра. «Бабуся збирає у кошик». 2. Заключна рефлексія. 3. Ритуал прощання «Оплески».	40
3	«Я школяр»	Вступ. 1. Слова психолога. 2. Вправа-привітання «Струм». 3. Рухова вправа. «Тупотіть ті, хто». Основна частина. 1. Інформаційне повідомлення. 2. Вправи: «Придумати слова», «Скарбниця бажань». 4. Творче завдання. Скласти казку про лісову школу тварин. Завершальна частина. Вправа-гра «Клейовий дощик». Вправа «Незакінчене речення». Заключна рефлексія. Ритуал прощання «Оплески».	40
4	«Емоції – це те, що ми відчуваємо»	Вступ. 1. Слова психолога. 2. Вправа-привітання «Усмішка по колу». Основна частина. 1. Інформаційне повідомлення «Наші емоції». 2. Ігрова вправа «Хто швидше розплутає рівняння». 3. Бесіда «Чарівне містечко». 4. Рухова вправа. Гра «Потяг». Завершальна частина. 1. Арт-терапевтична вправа «Малюємо пальчиками». 2. Заключна рефлексія. 3. Ритуал прощання «Оплески».	40

Продовження Табл. 2.3			
1	2	3	4
5	«Горнятко доброти»	Вступ. 1. Слова психолога. 2. Вправа-привітання. 3. Рольова гра «Кошеня». Основна частина. 1. Інформаційне повідомлення про добро і зло. 2. Арттерапевтична вправа «Добро-Зло». 3. Вправа «Придумай слова». 4. Рухова вправа «Потяг». 5. Вправа-релаксація «Горнятко доброти». 6. Бесіда. Прислів'я про добро. Завершальна частина. 1. Творче завдання «Правила доброти». 2. Домашнє завдання. Намалювати своє горнятко доброти. 3. Заключна рефлексія. 4. Ритуал прощання «Оплески».	40
6	«Любов людяність людям дарує»	Вступ. 1. Слова психолога. 2. Вправа-привітання. 3. Психогімнастика. Основна частина. 1. Вірш Л. Вознюк «Від серця і до серця». 2. Вправа. «Придумай слова». 3. Інформаційне повідомлення «Люби ближнього свого, як самого себе». 4. Рефлексія попереднього заняття. 5. Вправа «Найголовніша людина». 6. Рухова вправа «Знайди друга». 7. Релаксація «Розфарбуй любов'ю». 8. Рухова вправа «Не забудь». Завершальна частина. 1. Вправи «Я люблю», «Незакінчене речення». 2. Домашнє завдання «Фарби любові». 3. Заключна рефлексія. 4. Ритуал прощання «Оплески».	40
7	«Чи важко бути добрим»	Вступ. 1. Слова психолога. 2. Вправа-привітання. 3. Вправа-розминка «Вітер дує на..» Основна частина. 1. Рефлексія попереднього заняття «Фарби любові. 2. Інформаційне повідомлення «Чи важко бути добрим». 3. Перегляд мультфільму «Квітка-семиквітка». 4. Рухова вправа «Веселка». 5. Арттерапевтична вправа «Квітка доброти». 6. Вправа-релаксація. Завершальна частина. 1. Бесіда «А чи важко бути добрим?». 2. Заклучна рефлексія. 3. Ритуал прощання.	40
8	«Країна Знань»	Вступ. Слова психолога. Вправа-привітання. Вправа-розминка. «Розірви коло». Основна частина. Вправа «Четвертий зайвий». Інф.повідомлення. Рухова вправа «Потяг». Продовження інфповідомлення. Творче завдання «Врятувати казкового героя». 6. Рухова вправа. Завершальна частина. Вправа «Хто в класі найуважніший?» Заклучна рефлексія. Ритуал прощання.	40

Продовження Табл. 2.3			
1	2	3	4
9	«Вчитися – це так цікаво!»	Вступ. 1. Слова психолога. 2. Вправа-привітання. 3. Вправа-розминка «Струм». Основна частина. 1. Вправа «Продовжити речення». 2. Інформаційне повідомлення. 3. Гра-казка «Царство голосних». 4. Ігри з піском. 5. Рухова вправа «Австралійський дощ». Завершальна частина. 1. Вправа «Придумати слова». 2. Заключна рефлексія. 3. Ритуал прощання «Оплески».	40
10	«Я – справжній школяр»	Вступ. Слова психолога. Вправа-привітання. Вправа-розминка «Корови, собаки, коти». Основна частина. Робота в групах. Вправа-гра «Так ні». Рухова вправа «Овочі і фрукти». Вправа «Домалою фігурою». Рухова вправа «Хмарина». Вправа «Знайди назви дерев». Завершальна частина. 1. Вправа «Незакінчене речення». 2. Заключна рефлексія. 3. Ритуал прощання «Оплески».	40
11	«Дружба – найцінніший скарб»	Вступ. 1. Слова психолога. 2. Вправа-привітання. 3. Вправа-розминка «Вухо-ніс». Основна частина. 1. Вправа «Доповни речення». 2. Інформаційне повідомлення про дружбу. 3. Вправа «Придумай слова». 4. Рухова вправа. 5. Вправа-драматизація. 6. Перегляд м/ф «Спільна допомога». 7. Арт-терапевтична вправа «Країна Н». Завершальна частина. 1. Вправа «Подарунок». 2. Рефлексія. 3. Ритуал прощання «Оплески».	40

Запропонована система практичної роботи з адаптації включає проведення занять у формі ігор, з регулярною фізкультхвилиною кожні 15 хвилин. Ігрова діяльність приваблює першокласників, стимулює їх та сприяє розвитку навичок культурного спілкування, роботи в команді і управління власною поведінкою. За допомогою взаємодії з однолітками, адаптаційні можливості учнів розширюються, а тривожність та страхи знімаються. Такий підхід створює ситуації успіху, що сприяє самоствердженню першокласників та розвитку їх впевненості, сприятливо впливаючи на засвоєння знань та успішну адаптацію до освітнього процесу.

Під час занять використовуються дидактичні та інтерактивні ігри, музичний супровід, відеоматеріали, музичні фізкультхвилинки, а також елементи арт-терапії. Корекційно-розвивальні заняття, спрямовані на успішну адаптацію учнів до шкільного процесу, мають визначену структуру і побудовані за конкретною схемою (Рис. 2.4).

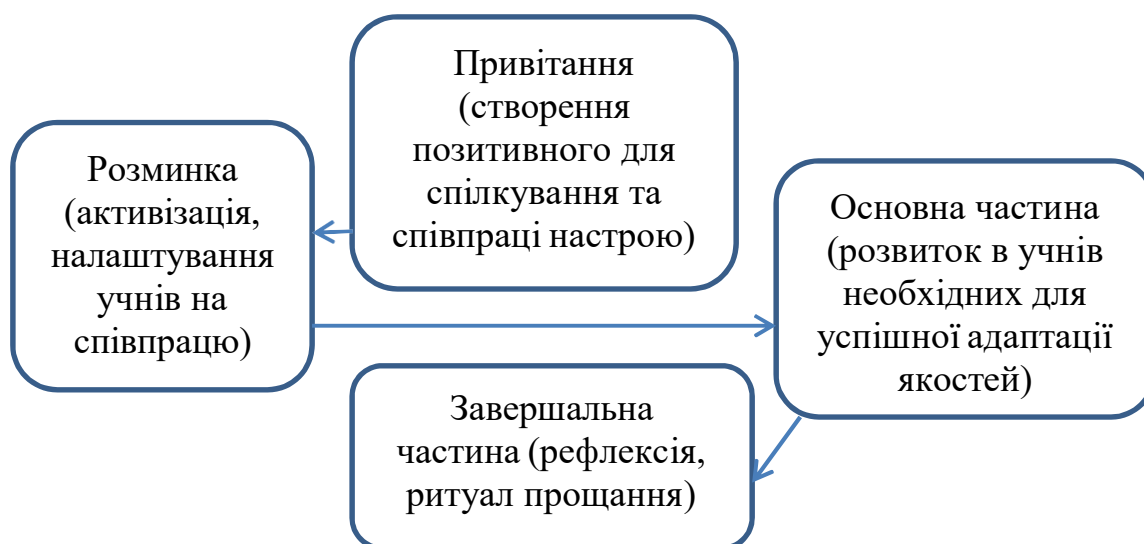


Рис. 2.4. Структура заняття для учнів 1 класу в адаптаційний період

Перша педагогічна умова – спрямованість освітнього процесу на інтереси першокласника на засадах педагогіки партнерства та особисто-орієнтованого підходу до навчання і виховання учнів; інтерпретована в системі практичної роботи з адаптації учнів експериментального класу спрямованістю освітнього процесу на інтереси дитини.

Один з головних педагогічних принципів полягає у спрямованості освітнього процесу на інтереси першокласників, заснована на педагогіці партнерства та особистісно-орієнтованому підході до навчання і виховання. Цей підхід реалізується через практичну роботу з адаптації учнів експериментального класу, де освітній процес спрямований на задоволення індивідуальних потреб дитини.

У даному контексті важливим є ставлення до учня як до активного учасника педагогічного процесу, залучення його до суб'єкт-суб'єктних

взаємин «вчитель-учень» і «учень-учень». Ця взаємодія побудована таким чином, що першокласники розглядаються як рівноправні партнери, у яких враховуються їхні думки і можливості для свідомого вибору та волевиявлення.

Важливо підкреслити, що наша педагогічна стратегія відмовляється від жорстких стандартів і шаблонів у навчальному та виховному процесі. Вчитель веде спілкування з учнями таким чином, щоб сприяти правильному розв'язанню завдань або формуванню правильної поведінки, не перебуваючи в протистоянні з природнім потягом дитини до самовираження. Замість цього, ми розуміємо та враховуємо самотність дитячої психології та їхнього вікового етапу розвитку першокласників.

Друга педагогічна умова для успішної адаптації першокласників, яку ми реалізуємо в системі практичної роботи з адаптації, полягає у соціально-психологічному супроводі першокласників та співпраці між школою та сім'єю в період адаптації до навчального процесу. Ми створюємо сприятливий психологічний мікроклімат в класному колективі, що сприяє формуванню комунікативних умінь та навичок для позитивного та толерантного спілкування між учнями та дорослими. Це базується на створенні позитивного психологічного клімату як у школі, так і в сім'ї, де панують любов, повага, взаєморозуміння, співчуття та терплячість.

Співпрацюючи з батьками першокласників, ми забезпечуємо єдність у виховній роботі членів родини та школи, що стимулює атмосферу віри в унікальність кожної дитячої особистості та зацікавленість у її долі. Разом ми долаємо негаразди і радіємо успіхам.

Під час соціально-психологічного супроводу першокласників, ми проводимо діагностику для виявлення якостей, необхідних для успішної адаптації, а також проявів дезадаптації. При здійсненні психологічної підтримки дитини, ми зосереджуємо увагу на позитивних аспектах її особистості, щоб підвищити та зміцнити самооцінку. Ми підтримуємо дитину під час невдач і допомагаємо їй повірити в себе, власні сили та

уникати помилок.

Для успішної адаптації першокласників до освітнього процесу в школі виконання третьої та четвертої педагогічної умови передбачає забезпечення оптимального фізичного, інтелектуального, психічного розвитку, а також розвиток мотиваційної та вольової сфери особистості першокласника. Під час роботи з першокласниками ми зосереджуємося на їх сильних сторонах та досягненнях, не наголошуючи на помилках, а натомість проявляючи оптимізм, задоволення, любов та повагу до кожної дитини. Ми надихаємо батьків на прийняття індивідуальності дитини, спонукаємо вірити у неї та підтримувати її, уникаючи дисциплінарних заохочень та покарань, а замість цього надаючи можливість самостійно шукати вирішення завдань і проводити більше часу з дитиною у взаємодії.

Психологічна готовність першокласника до навчання в школі передбачає готовність у розумовій, мотиваційній, емоційно-вольовій та соціальній сферах. При виборі змісту та методів корекційно-розвивальної роботи з першокласниками, ми керуємося рівнем розвитку складових компонентів психологічної готовності, що визначає успішність адаптації та навчальні досягнення учня першого класу. Наші зусилля спрямовані на допомогу кожній дитині усвідомити себе як особистість та виявити в собі істинне, вище «Я», яке містить позитивні почуття та нездійснені потенційні можливості. Протягом адаптаційного періоду ми працюємо над вихованням почуття соціальної відповідальності у дитини, сприяємо її фізичному, інтелектуальному та психічному розвитку, розширюємо сферу її діяльності, включаючи фізичну, інтелектуальну та духовну активності, та підтримуємо їх життєрадісність.

Для ефективною адаптації першокласників до освітнього процесу в школі, необхідно розвивати їх мотиваційну та вольову сфери, а це вимагає формування різних психологічних якостей. Ми ставимо перед собою завдання сприяти розвитку учнівських якостей, таких як ініціативність, готовність ризикувати у вмотивованих ситуаціях, адекватна самооцінка,

працездатність, сила волі, самодисципліна, відповідальність, навички ефективного управління часом, впевненість у своїх здібностях, самоповага та здатність подолати труднощі.

Ми використовуємо гармонійний підхід, поєднуючи розвиток навчальних та поведінкових навичок, враховуючи індивідуальні здібності кожної дитини, а також звертаючи особливу увагу на морально-етичне виховання для попередження дитячого егоцентризму та агресії, які часто стають наслідком незадовільної адаптації першокласників.

Основними компонентами адаптованості першокласників до шкільного середовища є інтелектуальна готовність, особистісна готовність та вольова та моральна готовність. Інтелектуальна готовність передбачає розвиток розумових процесів, вміння аналізувати, порівнювати, класифікувати та робити висновки, а також наявність образних та етичних уявлень, відповідний рівень мовленнєвого розвитку та пізнавальну активність. Особистісна готовність включає розвиток навчальної мотивації, навички спілкування та спільної діяльності. Вольова та моральна готовність передбачає досягнення позитивної емоційної та вольової стійкості, що допомагає учневі зосередитись на навчальній діяльності та здійснювати освітні досягнення.

Заняття за темами («Ім'я», «Моя сім'я», «Я школяр», «Країна Знань», «Вчитися – це так цікаво!», «Я справжній школяр») спрямовані на розвиток розумових здібностей учнів 1 класу. Ми ставимо за мету не лише засвоєння знань, а й розвиток мисленнєвих дій та операцій, умінь розв'язувати завдання, аналізувати та синтезувати інформацію, робити висновки. Наша мета полягає у тому, щоб учні могли використовувати отримані знання у реальному житті та розвивати свої пізнавальні можливості. Для успішної адаптації учнів 1 класу до школи, важливо не тільки запам'ятовувати факти, але й розвивати критичне мислення, вміння робити висновки та використовувати знання на практиці (Додаток В).

Метою наших корекційно-розвивальних занять «Я школяр», «Країна

Знань», «Я справжній школяр» та діагностичних занять «Я в школі», «Школа тварин», «Мій найщасливіший день в сім'ї» було сприяти розвитку та підвищенню мотивації учнів до навчання в школі. Ми прагнули, щоб вони відчували бажання навчатися та прагнення до нових суспільних ролей, пов'язаних із переходом до шкільного життя. Наша робота спиралася на формуванні внутрішньої мотивації до навчання, а не залежала від зовнішніх шкільних атрибутів, таких як портфель, форма або уроки. Нам було важливо, щоб учні не розчаровувалися у шкільних заняттях та своєму новому статусі, тому ми приділяли значну увагу успішній адаптації до шкільного освітнього процесу, акцентуючи увагу на формуванні та розвитку їхньої внутрішньої мотивації до навчання (Додаток В).

Особливу увагу ми звертали на емоційно-вольову готовність першокласників до навчання, оскільки вона визначала їх здатність регулювати поведінку у вимогливих ситуаціях, пов'язаних з навчальними завданнями та переживаннями. Заняття за темами: «Емоції – це те, що ми відчуваємо», «Горнятко доброти», «Любов людяність людям дарує», «Чи важко бути добрим», допомагали розвивати у дітей вольову поведінку та уміння змінювати соціальний статус і успішно адаптуватися до нових умов (Додаток В).

Також, ми враховували вплив психологічного клімату в сім'ї на емоційний стан учня, що є ключовим фактором успішності адаптації. Тому, провівши обстеження психологічного мікроклімату в сім'ях учнів, ми сприяли створенню позитивної атмосфери, покращенню взаємин дитини з батьками, що впливає на навчальні результати учнів. Наші діагностичні та корекційно-розвивальні заняття, такі як: «Я вдома», «Що мені подобається в школі?» (Додаток Б) та «Моя сім'я» (Додаток В), допомагали розкрити особливості взаємин у сім'ї, їх емоційного благополуччя та забезпечити подальшу індивідуальну та групову роботу з батьками.

Як вже зазначалося раніше, вплив психологічного мікроклімату сім'ї на емоційний стан учня є одним з ключових факторів успішності адаптації.

Тому, ми досліджували психологічний мікроклімат в сім'ях кожного учня та працювали з батьками, щоб сприяти створенню позитивної атмосфери в їх сім'ях, поліпшити взаємини дитини з батьками, що має вплив на навчальні успіхи та невдачі учнів. Плануючи подальшу індивідуальну та групову роботу з батьками, ми використовували отриману під час обстеження інформацію про взаємини в сім'ї, рівень емоційного благополуччя та комфорт дитини. Завдання діагностики на першому етапі розв'язувалося за допомогою занять: «Я вдома», «Що мені подобається в школі?» (Додаток Б); корекційно-розвивальна робота на наступному етапі – на занятті «Моя сім'я» (Додаток В).

Соціальна готовність дитини до навчання в школі означає уміння будувати взаємини з дорослими та ровесниками. Це включає формування у дітей якостей, які дозволяють їм взаємодіяти з іншими дітьми, вчителем та батьками. Соціальна готовність визначає успіх у встановленні соціальних зв'язків, розвитку дружніх стосунків у колективі та сприйнятті себе як повноцінного члена спільноти. На заняттях «Ім'я», «Дружба - найцінніший скарб» ми працювали над розвитком різних видів комунікативних умінь та навичок, таких як: взаємини з вчителем, психологом, батьками та однолітками, а також зосереджували увагу на формуванні самооцінки учнів. Робота над розвитком комунікативних навичок та спілкування з однолітками та дорослими відбувалася на всіх заняттях (Додаток В).

Під час роботи з учнями 1 класу, нашою метою було сформувати позитивне ставлення до школи, бажання вчитися та успішно адаптуватися до нових вимог навчання в школі. Ми забезпечили сприятливі умови для їх адаптації в школі: освітлені класи, зручні одномісні парти жовтого кольору, класна дошка – відповідають санітарним вимогам, як й: різноманітні осередки для різних видів діяльності, гаряче харчування, медичний огляд та інше необхідне обладнання для комфортного навчання (Додаток В).

Оптимізація адаптації першокласників до навчального процесу у школі, зниження статичного напруження маленьких учнів, і успішне виконання

освітньої програми забезпечується збалансованим графіком уроків. Протягом дня чергуються уроки природничо-математичного та гуманітарного циклів з фізичною культурою, предметами «Я досліджую світ», музикою та образотворчим мистецтвом.

Тривалість уроків у першому класі складає 40-45 хвилин, а кожен урок включає фізкультхвилинку, яка триває 15 хвилин. Під час фізкультхвилинки виконуються динамічні вправи, дихальні вправи, а також вправи для збереження зору та розвитку дрібної моторики рук. Усі учні мають необхідні підручники, посібники та зошити з друкованою основою, які мають гриф Міністерства освіти і науки. Оцінювання роботи дітей проводиться усно, а домашні завдання не накладаються.

Систематична робота щодо адаптації першокласників дозволяє надати батькам і вчителям практичні поради з підтримки успішної адаптації дітей у школі.

I. Рекомендації вчителям щодо успішної адаптації першокласників до навчального процесу.

1. Виявляти психологічні особливості кожної дитини та налаштовувати навчання з урахуванням її вікових і індивідуальних потреб і можливостей.

2. Сприяти формуванню необхідних навичок і психологічних механізмів для успішного навчання та спілкування у школі.

3. Демонструвати віру в успіх кожної дитини і створювати ситуації, де діти можуть досягати успіхів і отримувати позитивний підхід до навчання.

4. Знижувати акцент на оцінюванні досягнень у перших етапах навчання, уникати групової критики та порівнянь між учнями.

5. Надавати емоційну підтримку учням, створювати позитивну атмосферу на уроках і уникати стресових ситуацій.

6. Підтримувати активність інтровертованих та сором'язливих учнів, посилювати їхні досягнення, впливати на їх статус у класі.

7. Організувати спеціальні заняття для формування дружніх стосунків між першокласниками та конструктивної взаємодії між ними.

8. Використовувати ігри, наочні матеріали, музику, а також використовувати фрагменти відомих дітям мультфільмів та казок для більш ефективного навчання. Пам'ятайте, що різноманітність підходів є ключем до успіху у роботі з першокласниками.

Загальне правило успішної адаптації першокласників до освітнього процесу в школі: вчителі, які використовують творчі методи, демонструють позитивний підхід та підтримують активність учнів, досягають кращих результатів у роботі з першокласниками.

II. Родині належить надзвичайно велике значення в адаптації дитини до шкільного життя, тому психологічна консультація, заснована на тестуванні та спостереженні, має важливе місце в профілактиці труднощів адаптації. Батьки повинні отримати індивідуальні поради, що допоможуть правильно підготувати дитину до школи та подолати адаптаційний період. Адаптація до шкільного життя для дитини становить велике виклик. Деякі першокласники можуть зазнавати фізичних і емоційних змін, таких як втрата ваги, коливання артеріального тиску, головний біль, втома, поганий сон і втрата апетиту. Всі ці реакції організму пов'язані з адаптаційним періодом до школи.

Для успішної адаптації дитини до школи, батькам пропонуються наступні практичні поради.

1. Початковий етап навчання потребує адекватного режиму дня. Він включає належне проведення часу на свіжому повітрі, активний рух, збалансований раціон харчування та обмеження використання електронних пристроїв, таких як комп'ютери, телевізори, смартфони. Спільно з дитиною слід скласти розклад дня, що враховує всі ці аспекти.

2. На початку школи, дитина потребує позитивних та радісних емоцій, а також підтримки та віри в свої здібності зі сторони рідних, таких як мама, тато, брат або сестра. Умови навчання можуть бути новими для дитини, й їй потрібна підтримка у пристосуванні. Батьки мають урахувати почуття та емоції дитини, яка потрапила у нове середовище. Необхідно підтримувати її, звертаючи увагу на позитивний бік навчання, а не тільки на вимоги дорослих.

Першокласник має час адаптуватися до нового життя і не завжди може одразу всім задовольнити. Поступово він навчиться пристосовуватися до нових умов. Також необхідно враховувати страх дитини не виконати вказівки батьків.

3. Проводьте розмови з вашою дитиною про те, як розподілити час: виконання домашніх завдань – це важлива частина шкільного життя, а гра з друзями – це час для відпочинку, який також необхідний. Відзначайте природність гри для першокласника, щоб дитина не відчувала, що дорослі вважають школу за щось добре, а дошкільну гру – за погане. Використовуйте позитивний підхід, щоб підтримати дитину під час адаптації, уникайте обмежень, мучення сумлінням або конфронтацій.

4. Батьки повинні пам'ятати, що більшість дітей прагнуть стати школярами із великим бажанням. Підтримуйте їхнє прагнення, показуйте інтерес до шкільного життя дитини, розпитуйте про її шкільних подіях, друзів у класі й діліться власним шкільним досвідом. Це допоможе зміцнити мотивацію до навчання у першокласника.

5. Вірте у свою дитину і переконуйте її, що вона зможе впоратися з усіма завданнями. Створіть позитивне ставлення до школи, дайте зрозуміти, що навчання цікаве і цінне, як й гра.

6. Похвалюйте дитину за конкретні риси її поведінки або досягнень, а не просто загальними словами. Заохочуйте дитину, надаючи їй зрозумілу інформацію про те, що потрібно робити, щоб бути успішним школярем. Допоможіть їй повірити у власні сили, навіть якщо успіхи не такі значущі.

7. У бесідах з першокласником не акцентуйте увагу на оцінках його навчальної діяльності. Запитуйте про нові знання, спілкування та цікаві уроки. Дайте зрозуміти, що навчання – це цікавий процес отримання знань та спілкування з однолітками та вчителем.

8. Спонукайте першокласника до самоаналізу та самооцінки, щоб розвивати в нього навички емоційного контролю та підкорення правилам. Відзначайте і підкреслюйте його досягнення, розвивайте впевненість у

власних силах та уміння долати труднощі.

9. Навчіть свою дитину-першокласника відповідати вимогам шкільного навчання, розповідаючи про школу та існуючі шкільні правила. Зробіть так, щоб ваша дитина була обізнана з вимогами навчання, привчайте її не боятися ставити питання вчителям, відчувати впевненість і не сумніватися у своїх здібностях. Діти не завжди розуміють свої власні потреби та почуття, але у кожного з них є п'ять найбільших потреб, які виявляються у різній мірі. Знання цих потреб буде корисним не лише для батьків, а й для вчителів. Деякі діти найбільше цінують час, проведений з батьками, іншим важливіші подарунки або допомога, а є діти, які цінують обійми. Батькам корисно знати про ці важливі потреби дитини, щоб завжди підтримувати тісний контакт з першокласником і впливати на успішність його адаптації до шкільного процесу: 1) надавати слова підтримки; 2) не жаліти часу для дитини; 3) уникати зловживання подарунками; 4) надавати допомогу та ласку; 5) щиро любити та поважати власну дитину.

Таким чином, напрямок розвитку дитини-першокласника у найближчі роки залежить від того, чи буде в період адаптації закладений соціальний та інтелектуальний фундамент успішного подальшого навчання, чи ж дитина на початку перебування в школі потрапить у чужий, незрозумілий (а, отже, й ворожий їй) шкільний світ. Багато в чому це залежить від ставлення батьків до своєї дитини в адаптаційний період та від професіоналізму педагогів та психологів.

2.3. Аналіз результатів дослідження

Метою завершально-діагностичного етапу дослідження є повторна діагностика адаптованості першокласників до освітнього процесу в школі практичним шляхом і передбачає бесіди, опитування педагогів, психолога і батьків з використанням методик:

- 1) Опитувальник для вчителів методики «Експертна оцінка

адаптованості учнів перших класів до освітнього процесу в школі»

2) Опитувальник для батьків методики «Експертна оцінка адаптованості учнів 1-х класів до освітнього процесу в школі» (Додаток А);

3) методика Проективний малюнок «Що мені подобається в школі?»;

4) методика Проективний малюнок «Мій найщасливіший день в сім'ї» під час діагностичних занять (Додаток Г).

Результати адаптованості учнів 1 класу оцінювалися відповідно визначених критеріїв та показників адаптованості до освітнього процесу в школі за діагностичними методиками (Табл. 2.6).

Таблиця 2.6

Критерії, показники, і методики діагностики адаптованості першокласників до освітнього процесу в школі

№	Критерії, показники	Методики
1	Ефективність навчальної діяльності (навчальна активність, засвоєння знань, успішність); засвоєння шкільних норм поведінки (поведінка на уроці, поведінка на перерві); успішність соціальних контактів (взаємини з однокласниками, ставлення до вчителя); емоційне благополуччя (емоційний стан, негативні емоційні прояви, тривожність, окремі депресивні прояви, плач, пригнічення, агресивні реакції).	Опитувальник для вчителів методики «Експертна оцінка адаптованості дитини до школи»
2	Успішність виконання шкільних завдань; ступінь зусиль, необхідних дитині для виконання шкільних завдань; самостійність дитини у виконанні шкільних завдань; настрої, з яким дитина йде до школи; взаємини з однокласниками; оцінка адаптованості.	Опитувальник для батьків «Експертна оцінка адаптованості»
3	Адаптованість до шкільних умов; чинники впливу на процес адаптації; психологічний мікроклімат в сім'ї; стан розвитку уяви, дрібної моторики рук.	Методика «Мій найщасливіший день в сім'ї»
4	Адаптованість до освітнього процесу; чинники впливу на процес адаптації; психологічний мікроклімат в сім'ї; стан розвитку творчої уяви, дрібної моторики рук, уміння дотримуватись встановлених правил.	Методика «Що мені подобається в школі»

Показники адаптованості учнів за результатами повторної діагностики зведено у таблицю 2.7.

Таблиця 2.7

Результати повторної діагностики адаптованості першокласників Рогинського ЗЗСО І-ІІІ ст. до освітнього процесу в школі

№	Ім'я, прізвище учня	№ методики, оцінка				Рівень
		1	2	3	4	
1	Біскуп Артем	0	0	0	0	С
2	Грицай Тетяна	+	+	+	+	В
3	Жук Роман	0	0	0	0	С
4	Коваленко Ангеліна	+	+	+	+	В
5	Кубрак Анастасія	+	+	+	+	В
6	Майстренко Поліна	+	+	+	+	В
7	Міщенко Максим	+	+	+	+	В
8	Миколенко Софія	+	+	+	+	В
9	Михайлов Дмитро	+	+	+	+	В
10	Нестеренко Ілля	0	0	0	0	С
11	Павленко Софія	+	+	+	+	В
12	Парахненко Костянтин	+	+	+	+	В
13	Рудь Назар	+	+	+	+	В
14	Синяєва Владислава	+	+	+	+	В
15	Старун Альбіна	+	+	+	+	В
16	Шарун Назар	+	+	+	+	В
17	Шарун Уляна	+	+	+	+	В
18	Штерєб Мирослава	+	+	+	+	В
19	Штерєб Ростислав	0	0	0	0	С
20	Ющенко Валерія	+	+	+	+	В

За отриманими даними таблиці 2.7 здійснено кількісний аналіз результатів повторної діагностики адаптованості учнів 1 класу Рогинського ЗЗСО І-ІІІ ст. за чотирма методиками: Опитувальник для вчителів, Опитувальник для батьків методики «Експертна оцінка адаптованості дитини до школи», двома методиками (проективний малюнок) «Мій найщасливіший день в сім'ї» і «Що мені подобається в школі» (Табл. 2.8).

Таблиця 2.8

Кількісний аналіз результатів повторної діагностики учнів 1 класу Рогинського ЗЗСО І-ІІІ ст. на завершально-діагностичному етапі дослідження

Методика	Рівні	Усього учнів	Високий		Середній		Низький	
			учнів	%	учнів	%	учнів	%
Опитувальник для вчителів.		20	16	80	4	20	0	0
Опитувальник для батьків.		20	16	80	4	20	0	0
Проективний малюнок «Мій найщасливіший день в сім'ї».		20	16	80	4	20	0	0
Проективний малюнок «Що мені подобається в школі».		20	16	80	4	20	0	0
Загальний рівень		20	16	80	4	20	0	0

Графічна інтерпретація результатів повторної діагностики учнів 1 класу Рогинського ЗЗСО І-ІІІ ст. представлено діаграмою рівнів адаптованості до освітнього процесу в школі на завершально-діагностичному етапі дослідження (Рис. 2.5).

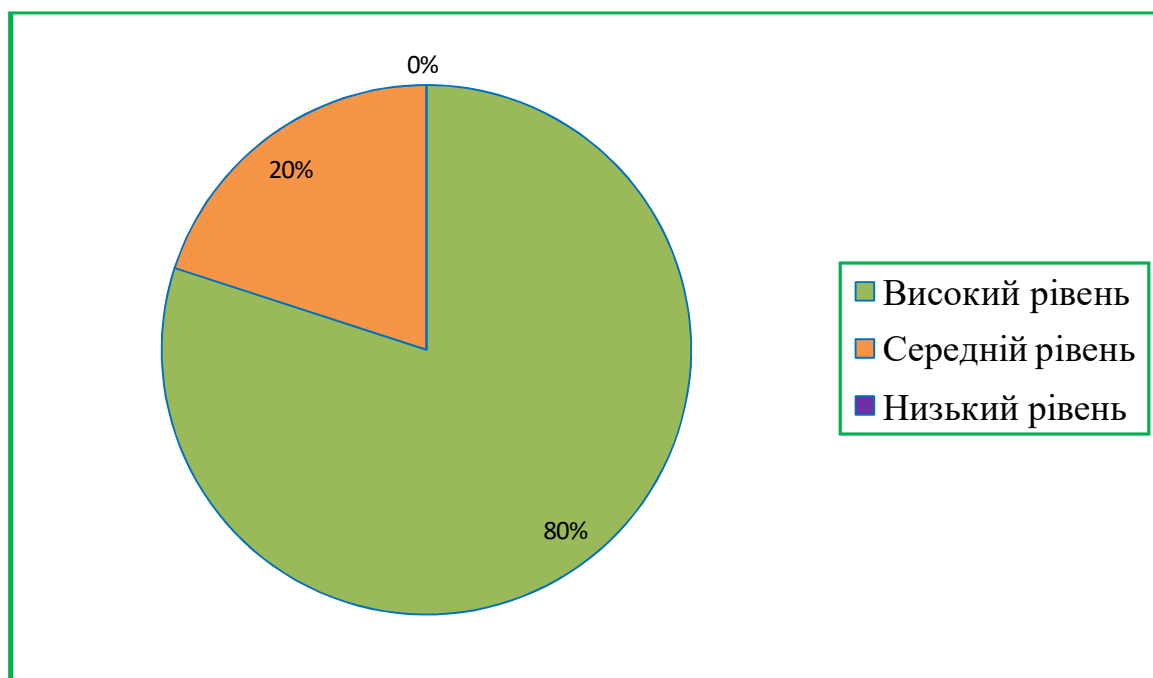


Рис. 2.5. Рівні адаптованості учнів 1 класу Рогинського ЗЗСО І-ІІІ ст. до освітнього процесу в школі за результатами повторної діагностики

Проаналізуємо результати повторної діагностики за кожною з обраних діагностичних методик.

За методикою №1 («Опитувальник для вчителів» методики «Експертна оцінка адаптованості дитини до школи») за визначеними критеріями виявлено:

– високий рівень адаптованості до освітнього процесу в школі показали 80% (16) учнів (Тетяна Г., Ангеліна К., Анастасія К., Поліна М., Максим М., Дмитро М., Софія М., Софія П., Костянтин П., Владислава С., Назар Р., Альбіна С., Мирослава Ш., Назар Ш., Уляна Ш., Валерія Ю), які позитивно ставляться до школи: правила і вимоги сприймають адекватно; навчальний матеріал засвоюють; повно оволодівають програмовим матеріалом, не відволікаючись; у більшості діти чемні, уважно вислуховують поради, пояснення вчителя; доручення виконують охоче й сумлінно, не потребуючи зовнішнього контролю; зацікавлені у самостійному виконанні завдань, готуються до уроків; мають позитивний настрій, енергійні – вони уже усвідомили свій новий статус школяра;

– середній рівень адаптованості до освітнього процесу в школі виявлено у 20% учнів (Артем Б., Роман Ж., Ілля Н., Ростислав Ш.). Хлопчики, які в силу різних часом від них не залежних причин, були розгублені, тривожні, дехто ховав цей стан за маскою зухвалості, навіть, агресії тепер вони розуміють, що вони школярі, у школі є правила, вони позитивно ставляться до школи, розуміють навчальний матеріал при детальному поясненні та індивідуальному підході вчителя; засвоюють основний зміст навчального матеріалу; зосереджено і прагнуть сумлінно виконувати доручення та вказівки вчителя, але все ж таки потребують ще контролю; Ростислав ще зосереджуються лише при виконанні цікавого для нього завдання; хлопці тепер завжди виконують домашнє завдання; мають позитивні стосунки з багатьма однокласниками; у них немає тривожності, відвідування школи не викликає негативних переживань.

За методикою №2 («Опитувальник для батьків» методики «Експертна

оцінка адаптованості дитини до школи») за критеріями: успішність виконання шкільних завдань; ступінь зусиль, необхідних дитині для виконання шкільних завдань; самостійність дитини у виконанні шкільних завдань; настрої, з яким дитина йде до школи; взаємини з однокласниками, виявлено: 80% учнів (Тетяна Г., Ангеліна К., Анастасія К., Софія М., Поліна М., Максим М., Дмитро М., Костянтин П., Софія П., Назар Р., Альбіна С., Владислава С., Мирослава Ш., Назар Ш., Уляна Ш., Валерія Ю.) мають високий рівень адаптованості до освітнього процесу; з середнім рівнем – 20% учнів (Артем Б., Роман Ж., Ілля Н., Ростислав Ш.); з низьким рівнем – учнів немає.

Результати діагностики за методикою №3 (Проективний малюнок «Мій найщасливіший день в сім'ї»), демонструють зміни в малюнках учнів, в яких виявлено низький рівень адаптованості на початку дослідження: якщо Ілля Н., Ростислав Ш. намалювали на початку дослідження, як вони грають у футбол; Артем Б. – як він катається на велосипеді, то під час повторної діагностики хлопчики у більшості сімей яких є негаразди, намалювали себе, але разом з татом, з мамою: Ростислав намалював як він з батьком склеюють модель літака, Ілля – як вони з татом ловлять рибу, Роман – як він виконує домашнє завдання, а мама щасливо усміхається, Артем – як батьки його проводять до школи. Отже, ставлення до сім'ї, до школи в учнів стало позитивним, зникла тривожність.

Аналізуючи методику №4 (Проективний малюнок «Що мені подобається в школі»), ми виявили, що переважна більшість учнів намалювали у світлій яскравій гамі кольорів будівлю школи, класну кімнату, у вікно якої заглядає сонце, однокласників за партами, вчительку, яка посміхається. Кожен із дітей відмітив свої улюблені предмети, коли представляли свої малюнки перед класом. Цікаво те, що діти не соромилися, не хвилювалися, а впевнено виступали перед класом. Кожен із дітей хотів висловитися відносно свого малюнку. Так, 8 учнів назвали улюбленими навчальними предметами читання і математику, 6 учнів – малювання;

фізкультуру – 4 учнів; основи здоров'я – 2 учнів.

Учнів, в яких на початку дослідження виявлено низький рівень адаптованості до освітнього процесу в школі (Артем Б., Роман Ж., Ілля Н., Ростислав Ш.), за результатами діагностики віднесено до середнього рівня адаптованості. У малюнках цих хлопців слід відмітити шкільну тематику: Ілля зобразив себе за партою, Ростислав – з друзями-однокласниками, Роман і Артем – на уроці фізкультури. Гама кольорів яскрава та різнобарвна світлих тонів.

Графічна інтерпретація діагностики учнів 1 класу Рогинського ЗЗСО І-ІІІ ст. адаптованості до освітнього процесу в школі за методиками №№1-4 представлено діаграмою (Рис. 2.6).

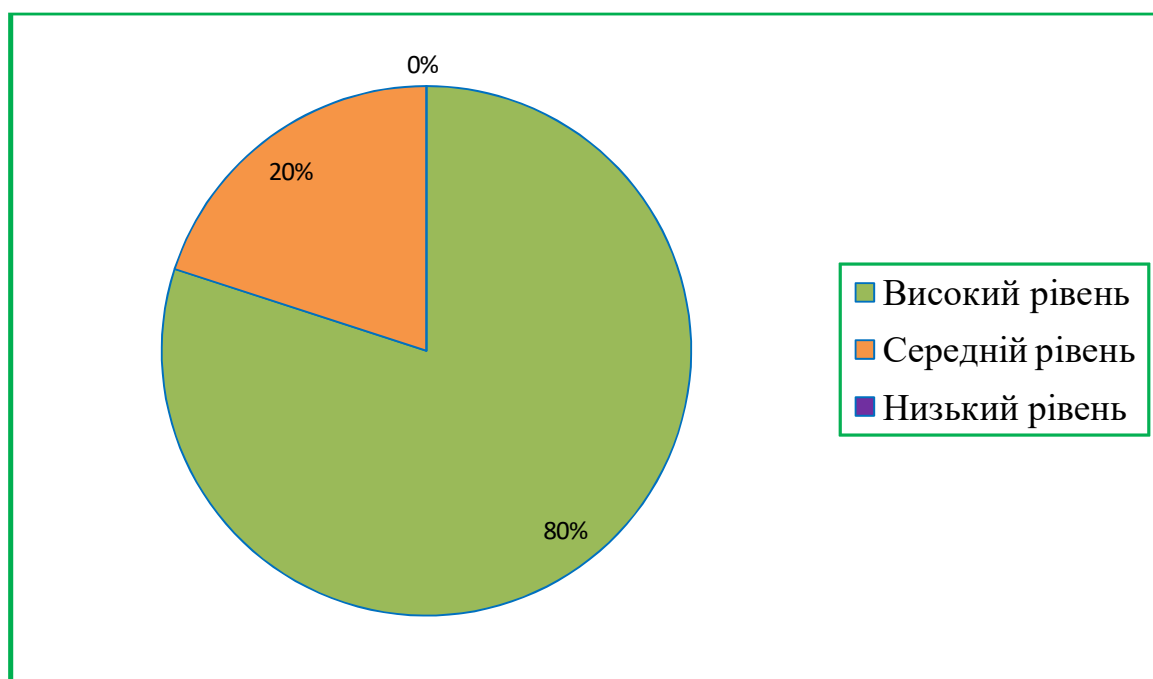


Рис. 2.6. Результати діагностики учнів 1 класу Рогинського ЗЗСО І-ІІІ ст. за методиками №№1-4 на завершально-діагностичному етапі дослідження

Зауважимо, що у 20% учнів (Артем Б., Роман Ж., Ілля Н. і Ростислав Ш.) за результатами повторної діагностики виявлено середній рівень адаптованості. Однак, ми врахували результати обстеження психологічного мікроклімату сімей цих учнів до і після формувального впливу, високий

рівень тривожності та невпевненості у своїх силах, яку дехто приховував за зухвалістю (завищена самооцінка), в інших спостерігалися усі ознаки заниженої самооцінки на початковому етапі дослідження. Тому, творчою групою прийнято рішення продовжити соціально-психологічний супровід Артема Б., Романа Ж., Іллі Н. і Ростислава Ш. за індивідуальною програмою психолога й після адаптаційного періоду.

Проводячи бесіди, опитування учнів 1 класу, ми виявили, що у 80% (16 осіб) учнів переважає навчальний і соціальний мотиви; ігровий мотив виявлений у 10% (2 особи).

За даними таблиць 2.4 і 2.8 побудовано діаграму динаміки адаптованості учнів 1 класу Рогинського ЗЗСО І-ІІІ ст. протягом дослідження (Рис. 2.7).

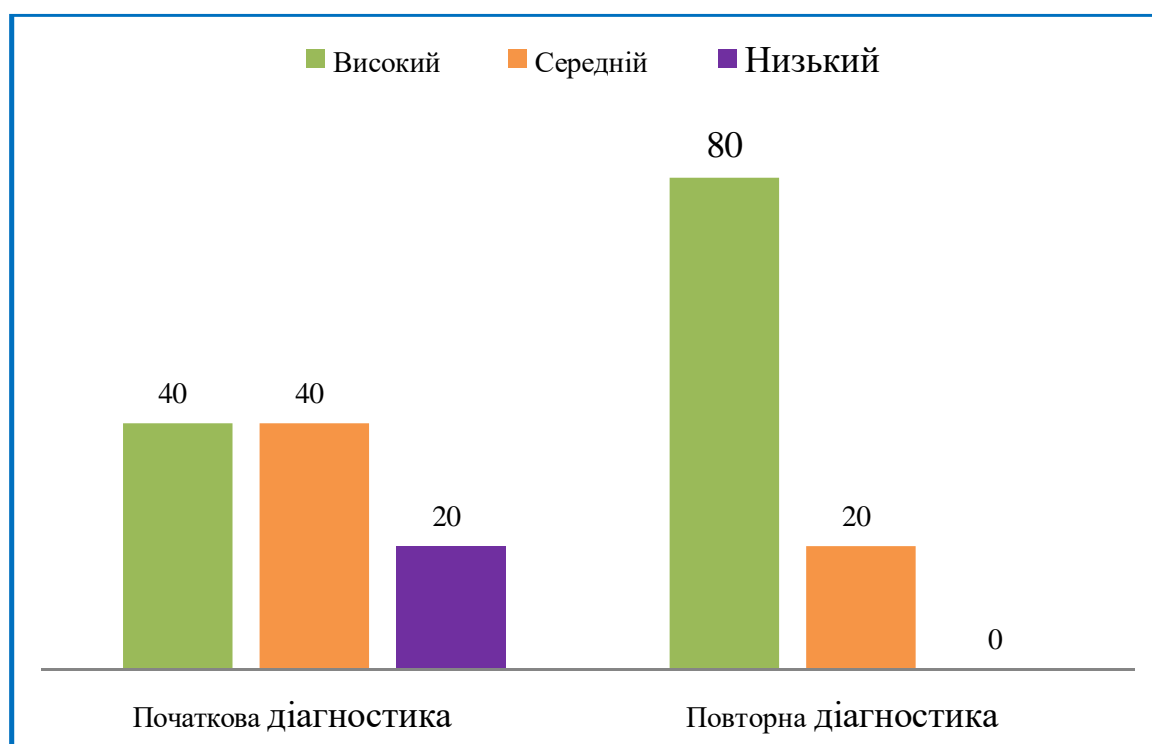


Рис. 2.7. Динаміка адаптованості учнів 1 класу Рогинського ЗЗСО І-ІІІ ст. до освітнього процесу в школі протягом дослідження

Висновки до другого розділу

Матеріали повторної діагностики учнів 1 класу Рогинського ЗЗСО І-ІІІ ст. та їх кількісний і якісний аналіз свідчать про переважно високий та середній рівень адаптованості до освітнього процесу в школі.

Здійснення кількісного аналізу результатів проведеної повторної діагностики адаптованості учнів 1 класу до освітнього процесу в школі до і після формувального впливу дозволяє повідомити про значні зміни на краще в адаптованості досліджуваних першокласників.

Якщо за результатами діагностики на початково-діагностичному етапі спостерігався найвищий показник кількості учнів, віднесених до високого рівня адаптованості до освітнього процесу в школі 40%, то на завершальному етапі показник виріс вдвічі – 80%; кількість учнів із середнім рівнем зменшилась вдвічі (40% до 20%).

Після застосування системи практичної роботи з успішною адаптації до освітнього процесу в школі відсотковий показник кількості учнів з низьким рівнем зменшився до нуля.

Якщо за результатами діагностики на початково-діагностичному етапі дослідження у 35% (7 осіб) в учнів переважає навчальний мотив навчання; соціальний мотив навчання – у 40% (8 осіб); ігровий мотив навчання – у 25% (5 особи), то результати діагностики на завершально-діагностичному етапі демонструють зміни у мотивації навчання в школі: у 90% (18 осіб) учнів переважає навчальний і соціальний мотиви; ігровий мотив виявлений у 10% (2 особи).

Результати спостережень за першокласниками, їх відповіді на запитання у бесідах та опитуваннях свідчать про те, що вони позитивно ставляться до школи, цілком сприймають шкільні правила; адекватно сприймають навчальний матеріал; не соромляться запитати вчителя, якщо не зрозуміли; вільно висловлюють власну думку; прагнуть до самостійної роботи, але й також охоче працюють в групі; вільно та доброзичливо

спілкуються між собою; задоволені власним статусом школяра та учня класу; позитивно настроєні, активні і ставляться до навчання в школі, як до головної справи у власному житті. Налагоджені взаємини з батьками та однокласниками в учнів, в яких низький рівень адаптованості змінився на середній – відвідування школи тепер не викликає у них тривожності, негативу; вони зосереджені та уважні при виконанні завдань, доручень, вказівок дорослого; майже завжди готуються до уроків і виконують домашнє завдання; товаришують з багатьма однокласниками.

Таким чином, кількісний та якісний аналіз результатів діагностики на завершально-діагностичному етапі дослідження демонструють значні позитивні зміни в адаптованості першокласників до освітнього процесу в школі.

Отже, за наявними результатами повторної діагностики процес адаптації майже в усіх учнів пройшов задовільно і можна стверджувати, що процес адаптації першокласників до освітнього процесу в школі успішно завершився. Це свідчить про ефективність запропонованої системи практичної роботи з адаптації першокласників та правильно визначених педагогічних умов успішної адаптації першокласників до освітнього процесу в школі.

ВИСНОВКИ

Результати проведеного дослідження дозволили сформулювати такі висновки.

1. Встановлено, що проблема адаптації та дезадаптації першокласників до освітнього процесу в школі є актуальною проблемою наукових досліджень і публікацій. Актуальність проблеми створення педагогічних умов для успішної адаптації першокласника до освітнього процесу в школі зумовлена тим, що вступ до школи, початковий період навчання зумовлюють перебудову усього способу життя та діяльності дитини – теперішнього першокласника, а у подальшому – школяра та майбутнього громадянина власної країни.

2. Уточнено поняття «адаптація» і «адаптація першокласника до школи».

З'ясовано, що адаптація є механізмом соціалізації особистості включення її в систему нових відносин і громадських зв'язків; адаптація першокласника до школи є переходом дитини до систематичного шкільного навчання та звикання до шкільних умов.

Визначено: складові адаптації (біологічна, психологічна і соціальна адаптація); види адаптації, ознаки адаптації першокласника до освітнього процесу у школі; орієнтовний та оптимальний термін адаптаційного періоду; етапи адаптації та їх особливості; рівні адаптації першокласників до освітнього процесу в школі; здійснено типологізацію здатності дитини адаптуватися до школи; встановлено фактори, що зумовлюють високий рівень адаптації першокласника до освітнього процесу в школі.

3. З'ясовано, що для успішної адаптації першокласника до освітнього процесу в школі необхідні певні педагогічні умови, створення сприятливого середовища у школі та вплив на домашню атмосферу дитини через співпрацю з батьками.

Визначено педагогічні умови адаптації першокласника до освітнього

процесу в школі: 1) спрямованість освітнього процесу на інтереси першокласника на засадах педагогіки партнерства та особисто-орієнтованого підходу до навчання і виховання учнів; 2) соціально-психологічний супровід першокласника на засадах партнерства і співпраці школи і сім'ї у процесі адаптації першокласника до освітнього процесу в школі; 3) забезпечення оптимального фізичного, інтелектуального, психічного розвитку першокласника; 4) розвиток мотиваційної та вольової сфери особистості першокласника.

4. Доведено доцільність упровадження в освітній процес системи практичної роботи з успішної адаптації першокласника до освітнього процесу в школі, яка спирається на визначені педагогічні умови успішної адаптації і передбачає виконання завдань: 1) системний підхід до визначення освітніх завдань і засобів, доцільного відбору матеріалу для засвоєння і використання дітьми в навчальній діяльності, що сприяють розвитку мислення, довільності пізнавальних процесів; вольової саморегуляції, довірливої регуляції поведінки першокласників; 2) організація взаємодії учнів для створення сприятливого психологічного мікроклімату в класному колективі, формування комунікативних умінь та навичок для доброзичливого, толерантного стилю спілкування дітей з однолітками та дорослими; 3) зниження рівня шкільної та загальної тривожності, розвиток дрібної моторики рук, мотивації шкільної успішності, формування позитивної самооцінки першокласників.

5. Досліджено рівні адаптованості учнів 1 класу за визначеними критеріями та показниками з використанням діагностичних методик до і після формувального впливу.

Матеріали повторної діагностики учнів 1 класу Рогинського ЗЗСО І-ІІІ ст. та їх кількісний і якісний аналіз свідчать про переважно високий та середній рівень адаптованості учнів до освітнього процесу в школі і демонструють значні зміни на краще в адаптованості досліджуваних першокласників. Високий рівень адаптованості виявлено у 80%

досліджуваних учнів, що перевищує початкові показники у 2 рази; середній рівень зменшився вдвічі (40% до 20%). Після застосування системи практичної роботи з успішною адаптації до освітнього процесу в школі учнів з низьким рівнем адаптованості не виявлено.

Отже, порівняння отриманих показників у процесі дослідження доводить правильність та ефективність розробленої системи практичної роботи з успішною адаптації першокласників до освітнього процесу в школі. За результатами діагностики наприкінці дослідження процес адаптації в усіх учнів пройшов задовільно і можна стверджувати, що процес успішної адаптації першокласників до освітнього процесу в школі здійснено.

Поставлені завдання дослідження повністю розв'язані, мета експерименту – досягнута.

Проведена робота не вирішує усіх проблем адаптації першокласників до освітнього процесу в школі. Розроблені підходи можуть слугувати підґрунтям для продовження експериментальних досліджень, спрямованих на вирішення багатограних аспектів проблеми створення педагогічних умов для успішної адаптації дітей до навчання в школі.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Авраменко Н. Підготовка дитини до школи. Київ: Освіта, 2012. 48 с.
2. Агафонова І. Психологічна готовність до школи в контексті проблеми адаптації. *Початкова школа*. 2016. № 5. С. 44-46.
3. Адаптація дітей до навчання у школі в діяльності психологічної служби: методичні рекомендації. За наук. ред. В. Панка; Авторський колектив: Васильченко Н., Гобод І., Гонтар О., Ілляшенко Т., Котяхова Ю., Луценко І., Луценко Ю. Панок В., Сосновенко Н. К.: Український НМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2013. Електронні носії: CD-ROM, 12 см.
4. Андрющенко Т., Корабекова Н. Корекція психологічного розвитку молодших школярів на початковому етапі навчання. *Питання психології*. 2013. № 1. С. 15-19.
5. Бал Г. Поняття адаптації та її значення для психології особистості. *Питання психології*. 2019. № 7. С. 15-22.
6. Безруких М. Чи знаєте ви свого учня: книга для вчителя початкових класів. Львів: Світ, 2015. 176 с.
7. Бережко З. Діагностика соціальної адаптованості вихованців і визначення рівнів мотивації спілкування. *Дошкільне виховання*. 2019. № 6. С. 3-12.
8. Бернс Р. Розвиток «Я-концепції» і виховання. Луцьк: Промінь, 2013. 412 с.
9. Бех І. Наукове розуміння особистості як основа ефективності виховного процесу. *Початкова школа*. 2013. №8. С. 11-16.
10. Бібік Н. Нова українська школа: poradnik для вчителя. Київ: Плеяди, 2017. 206 с.
11. Бірюченська Т. Соціальна адаптація учнів до НУШ на засадах педагогіки життєтворчості. URL: <https://naurok.com.ua>. (Дата звернення 29.10.2022).

12. Богуш А. Головні аспекти підготовки дітей до школи. *Дошкільне виховання*. 2014. № 11. С. 2-5.
13. Божович Л. Особистість та її формування в дитячому віці. Львів: Академія, 2017. 456 с.
14. Божович Л. Про мотивацію навчання. Вікова і педагогічна психологія: хрестоматія. Львів: Академія, 2017. 368 с.
15. Бойченко Н. Адаптація першокласників до навчання в школі. Івано-Франківськ, 2015. 56 с.
16. Боришевський М. Психологічні механізми розвитку особистості. *Педагогіка і психологія*. 2016. № 3. С. 15-22.
17. Бумар Г. Адаптація першокласників НУШ. «На Урок» для вчителів: журнал НУШ. URL: <https://naurok.com.ua>. (Дата звернення 29.10.2022).
18. Буцкіна С. Формування готовності дітей 6-7 років до навчання в школі. *Початкова школа*. 2014. № 2. С. 22-25.
19. Василенко Т. Рекомендації для батьків дітей, які йдуть до школи. *Психолог*. 2015. №20. С. 6-8.
20. Василюк Л. Готовність та адаптація першокласників до навчання в школі. URL: <https://naurok.com.ua/gotovnist-ta-adaptaciya-pershoklasnikiv-do-navchannya-v-shkoli-98452.html> (Дата звернення 15.03.23).
21. Вітюк В. Готовність педагогів до змін в умовах реалізації концепції «Нова українська школа». *Педагогічний пошук*. 2017. № 2 (94). С. 3-6.
22. Вугрич В. Домашні завдання батькам. *Початкова школа*. № 8. 2019. С. 18-20.
23. Гільбух Ю., Коробко С., Кондратенко Л. Методика контролю психічного розвитку шестирічного першокласника. *Початкова школа*. 2013. № 5. С. 11-17.
24. Гільбух Ю. Навчальна діяльність молодших школярів: діагностика та корекція негараздів. Харків: Майдан, 2015. 184 с.
25. Головань Н. Вікові особливості дітей шестирічного віку та їх діагностика. Навчання і виховання шестирічних першокласників. Київ: Освіта, 2012. С. 52-67.

26. Гончаренко С., Богуславська Л., Кондратенко Л. Оцінка готовності дітей до шкільного навчання. *Збірник матеріалів Другого міжнародного науково-практичного семінару*. 2017. Вип. 22. С. 19-24.

27. Гончаренко Т. Розвивальні і корекційні заняття психолога. Київ: Основа, 2015. 60 с.

28. Горленко В., Ткачук І. та ін. Адаптація дітей до навчання у школі в діяльності психологічної служби: методичні рекомендації Українського НМЦ практичної психології і соціальної роботи. Київ, 2018. 106 с.

29. Гудименко Ю. Особливості адаптації першокласників до навчання в умовах нової української школи. URL: <https://naurok.com.ua>. (Дата звернення 10.12.2022).

30. Гурковська Т. Батьківські збори на тему адаптації першокласників. URL: <https://oplatforma.com.ua/article/2681-batkvsk-zbori-v-1-klas-na-temu-adaptats-pershoklasnikv> (Дата звернення 05.03.2023).

31. Довженко Т. Підготовка дітей до навчання у першому класі. *Початкова школа*. 2016. №8. С. 27-31.

32. Дуткевич Т. Дитяча психологія: підручник. Львів: Світ, 2012. 286 с.

33. Забродський М. Вікова психологія: навч. посібник. Тернопіль: Мандрівець, 2015. 252 с.

34. Запорожець О. Педагогічні і психологічні проблеми всебічного розвитку і підготовки дітей до школи. *Дошкільне виховання*. 2014. № 12. С. 24-28.

35. Збірник нормативних документів. Серія «Початкова школа» (Закон України «Про освіту»; Державний стандарт початкової освіти; Нова українська школа. Концептуальні засади реформування середньої школи; Наказ Міністерства освіти і науки України № 923 «Про затвердження методичних рекомендацій щодо адаптаційного періоду для учнів першого

класу у Новій українській школі»; та ін.). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/87-2018-%D0%BF> (Дата звернення 11-12.22 – 01-03.23).

36. Клименко І. Адаптація дітей-першокласників до навчання в школі. URL: <http://www.gimnasia123.kiev.ua/node/160> (Дата звернення 25.02. 2023).

37. Ковтун Т. Адаптація першокласників до школи. URL: <https://vseosvita.ua/library/embed/010009sb-6c0e.docx.html> (Дата звернення 19.02.23).

38. Колесова Г. Діагностика адаптації першокласників. *Психолог*. 2015. №11. С. 35- 38.

39. Коробко С., Олійник В. Індивідуальні відмінності дітей шестирічного віку та їх врахування в освітній роботі. *Початкова школа*. 2013. №5. С. 34-45.

40. Костюк Г. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості. Львів: Академія, 2017. 608 с.

41. Кот Н. Проблема формування фізичної готовності дітей до шкільного навчання в сучасній теорії та практиці дошкільної освіти. Теорія та практика дошкільної освіти в сучасних експериментальних дослідженнях: монографія. Харків: Діса плюс, 2015. С. 245-277.

42. Котирло В. Розвиток вольової поведінки у дошкільників. Київ: Освіта, 2012. 114 с.

43. Кравцов Г., Кравцова О. Шестирічна дитина, психологічна готовність до школи. Львів: Світ, 2018. 224 с.

44. Кравцова О. Психологічні проблеми готовності дітей до шкільного навчання. Львів: Думка, 2015. 96 с.

45. Листопад М. Малюк пішов до школи (до батьківських зборів). *Питання психології*. 2018. №10. С. 24-27.

46. Лінник О. Введення у шкільне життя учнів першого класу. *Початкова школа*. 2016. №8. С. 23-26.

47. Луценко Ю. Адаптація навчального середовища до потреб дитини. К.: Український НМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2013. С. 65-78.

48. Лучанська Л. Свідоме сприйняття шкільної ситуації дітьми 6-7 років. *Питання психології*. 2016. №3. С. 15-24.
49. Максименко С., Максименко К., Главник О. Адаптація дитиня до школи. Київ: Освіта, 2013. 112 с.
50. Марінушкіна О. Проблема шкільної дезадаптації у дітей молодшого шкільного віку. *Практична психологія та соціальна робота*. 2013. № 2. С. 10-14.
51. Олійник В., Максименко С. Емоційно-виховний розвиток першокласників. *Початкова школа*. №3. 2013. С. 15-38.
52. Панок В., Цушко І. З досвіду регіональних психологічних служб системи освіти України. Харків: Школа, 2014. 56 с.
53. Пилипко Н., Громова Т., Чибісова М. Здрастуй, школа! Адаптаційні заняття з першокласниками. Львів: Світ, 2018. 112 с.
54. Проскура О. Психологічна підготовка вчителя до роботи з першокласниками. Харків: Ранок, 2018. 224 с.
55. Проскура О. Як перевірити ступінь готовності вашої дитини до навчання у школі. *Початкова школа*. 2016. №5. С. 12-22.
56. Проскура О. Дитина вступає до школи. *Початкова школа*. 2013. С. 53-56.
57. Пушкарьова Т. Особливості педагогічної адаптації дітей 6-7 років до навчання в школі. *Початкова школа*. 2019. №2. С. 42-44.
58. Равен Дж. Педагогічне тестування: Проблеми, помилки, перспективи. Львів: Світ, 2015. 164 с.
59. Савченко О. Навчання і виховання учнів 1 класу: методичний посібник для вчителів. Львів: Академія, 2015. 464 с.
60. Сливка Г. Вступ до шкільного життя. Курс для батьків майбутніх першокласників. *Психолог*. 2019. №6. С. 22-25.
61. Стадненко Н., Ілляшенко Т., Обухівська А. Методика діагностики готовності до навчання в школі дітей шестирічного віку. Кам'янець-Подільський: Абетка, 2012. 20 с.

62. Чепка О. Наступність ігрових форм навчальної діяльності в умовах навчально-виховного комплексу «Школа-дошкільний заклад». Київ: Наук. світ, 2012. 220 с.

63. Шинтарь З. Введення в шкільне життя: посібник для студентів. Харків: Майдан, 2014. 263 с.

ДОДАТКИ

Додаток А

Діагностичні методики

1. Опитувальник для вчителів «Експертна оцінка адаптованості учнів перших класів до освітнього процесу в школі».

Опитувальник для вчителів методики «Експертна оцінка адаптованості дитини до освітнього процесу в школі» призначений для вивчення соціально-психологічної адаптації першокласників до освітнього процесу в школі і включає 4 критерії адаптованості і 7 показників для їхньої оцінки. Як критерії виступають наступні параметри: 1) ефективність навчальної діяльності; 2) засвоєння шкільних норм поведінки; 3) успішність соціальних контактів; 4) емоційне благополуччя.

Форма проведення: індивідуальна і групова. Обладнання: стимульний матеріал, бланки. Порядок використання схем. Використання схем може здійснюватися різними способами. При одноразовому їх застосуванні вчителя у кожному критерії просять вибрати твердження, найбільш точне на даний момент (кожне твердження має свій бал). Підсумовування отриманих балів за кожною схемою дає змогу одержати оцінки адаптованості дитини до школи. При багаторазовому застосуванні схем педагоги щодня в бланку спостереження протоколу відзначають номери тверджень, що відповідають найбільше формам поведінки та що часто зустрічаються в навчальній діяльності. На підставі цих даних одержують сумарний показник адаптованості дитини, а також складають графік динаміки процесу адаптації за визначений період. У випадку застосування обох способів схем отримані результати порівнюють з нормами: Схема 1. 22-35 балів – зона адаптації; 15-21 бал – зона неповної адаптації; 0-14 балів – зона дезадаптації.

Шановні вчителі! Просимо Вас взяти участь в експертній оцінці адаптованості учнів перших класів до освітнього процесу в школі. Проведена Вами робота допоможе оцінити особливості адаптації кожної дитини до школи та дасть можливість ефективно проводити соціально-психологічний супровід учнів. Пропонуємо Вам оцінити кожну дитину Вашого класу за 7-ма характеристиками (шкалами), які наведені нижче, та виставити бали від 0 до 5-ти в окремому бланку.

I шкала «Навчальна активність». 5 балів. Активно працює на уроці, часто підносить руку і відповідає правильно. 4 бали. На уроці працює, позитивні й негативні відповіді чергуються. 3 бали. Рідко підносить руку, але відповідає правильно. 2 бали. Навчальна активність на уроці носить короткочасний характер, часто відволікається, не чує запитання. 1 бал. Пасивний на уроці, дає негативні відповіді або не відповідає зовсім, часто переписує готове з дошки. 0 балів. Навчальна активність відсутня (дитина не включається в освітній процес).

II шкала «Засвоєння знань» (успішність). 5 балів. Правильне, безпомилкове виконання шкільних завдань. 4 бали. Невеликі поодинокі помилки. 3 бали. Поодинокі помилки, пов'язані з пропуском букв і їхньою

заміною. 2 бали. Погане засвоєння матеріалу по одному з основних предметів, наявність достатньої кількості помилок. 1 бал. Часті помилки, неакуратне виконання завдань: багато виправлень, закреслень. 0 балів. Погане засвоєння програмного матеріалу з усіх предметів: грубі помилки, велика їх кількість.

III шкала «Поведінка на уроці». 5 балів. Сидить спокійно, сумлінно виконує всі вимоги вчителя. 4 бали. Виконує вимоги вчителя, але іноді, на короткий час, відволікається від уроку. 3 бали. Зрідка повертається, обмінюється короткими репліками з товаришами. 2 бали. Часто простежується скутість у рухах, позі, напруженість у відповідях. 1 бал. Виконує вимоги вчителя частково, відволікається на сторонні заняття, постійно розмовляє. 0 балів. Не виконує вимоги вчителя: велику частину уроку займається сторонніми справами (переважають ігрові інтереси).

IV шкала «Поведінка на перерві». 5 балів. Висока ігрова активність, охоче бере участь у рухливих колективних іграх. 4 бали. Активність виражена мало: полюбляє заняття в класі з ким-небудь із дітей, читання книг, спокійні ігри. 3 бали. Активність дитини обмежується заняттями, пов'язаними з підготовкою до наступного уроку (готує підручники, зошити, миє дошку, прибирає клас). 2 бали. Не може знайти собі заняття, переходить від однієї групи дітей до іншої. 1 бал. Пасивна, рухи скуті, уникає інших. 0 балів. Часто порушує норми поведінки: заважає іншим дітям грати, кричить, бігає, не змінює своєї поведінки, коли роблять зауваження (не володіє собою).

V шкала «Взаємини з однокласниками». 5 балів. Товариська, легко контактує з дітьми. 4 бали. Малоініціативна, але легко вступає в контакт, коли до неї звертаються діти. 3 бали. Сфера спілкування обмежена: контактує тільки з деякими дітьми. 2 бали. Воліє знаходитися поруч із дітьми, але не вступає з ними в контакт. 1 бал. Замкнута, ізольована від інших дітей, воліє бути на самоті (інші діти байдужі до неї). 0 балів. Виявляє негативізм стосовно дітей, постійно свариться і кривдить їх (інші діти її не люблять).

VI шкала «Ставлення до вчителя». 5 балів. Виявляє товарищескість стосовно вчителя, прагне сподобатися йому, після уроку часто підходить до вчителя, спілкується з ним. 4 бали. Цінує гарну думку вчителя про себе, прагне виконувати всі його вимоги, у разі потреби сама звертається до нього за допомогою. 3 бали. Старанно виконує вимоги вчителя, але за допомогою звертається частіше до однокласників. 2 бали. Виконує вимоги учителя формально, не зацікавлена у спілкуванні з ним, намагається бути непомітною. 1 бал. Уникає контакту з учителем, у спілкуванні з ним легко бентежиться, губиться, говорить тихо, затинається. 0 балів. Спілкування з вчителем призводить до негативних емоцій, ображається, плаче при найменшому зауваженні.

VII шкала «Емоційне благополуччя». 5 балів. Гарний настрій, часто посміхається, сміється. 4 бали. Спокійний емоційний стан. 3 бали. Епізодично виявляється знижений настрій. 2 бали. Негативні емоції: а) тривожність, засмучення, іноді страх; б) уразливість, запальність,

дратівливість. 1 бал. а) Окремі депресивні прояви, плач без усяких на те причин, б) Агресивні реакції: часто свариться з дітьми, підвищує голос. 0 балів. а) Перевага депресивного настрою; б) агресія (вибуху гніву, злості) виявляється у відносинах з дітьми (може вдарити, щось зламати, зчинити бійку).

2. Опитувальник для батьків методики «Експертна оцінка адаптованості дитини до освітнього процесу в школі» включає наступних 6 показників: 1) успішність виконання шкільних завдань; 2) ступінь зусиль, необхідних дитині для виконання шкільних завдань; 3) самостійність дитини у виконанні шкільних завдань; 4) настрої, з яким дитина йде до школи; 5) взаємини з однокласниками; 6) загальна оцінка адаптованості.

3. Індивідуальна бесіда з першокласником, в якого виявлені ознаки дезадаптації. Мета: дослідження причин виникнення труднощів в адаптації першокласників. Запитання. 1. Як ти почуваєшся у школі? 2. Що тобі подобається в школі? Чому? 3. Що тобі не подобається в школі? Чому? 4. Чи не здається тобі, що в школі все відбувається занадто швидко: швидко говорить учитель, потрібно занадто швидко виконувати завдання, швидко думати? 5. Батьки допомагають тобі виконувати домашнє завдання? Пояснюють, якщо щось незрозуміло? 6. Тобі важко змусити себе виконувати необхідне завдання, якщо: а) воно нецікаве; б) відразу не виходить; в) просто не хочеться. 7. Ти часто хворієш? 8. Тобі важко виконувати всі вимоги вчителя? 9. А довго сидіти на одному місці? 10. Тобі легко спілкуватися з однокласниками? З учителем? 11. Що ти робиш на перервах між уроками? Як граєшся з іншими дітьми? 12. Якщо щось не зрозумів на уроці, то запитаєш у вчителя? 13. Тебе в школі що-небудь лякає? Що? Чому? 14. Якщо було б можна, ти хотів би що-небудь змінити в школі? Що саме? Чому?

Обробка результатів. Експериментатор проводить якісний аналіз відповідей дитини.

4. Фактори, що зумовлюють високий рівень адаптації. Сприятливі фактори соціального мікросередовища. Повна сім'я. Високий рівень освіти батька. Високий рівень освіти матері. Правильні методи виховання в сім'ї. Відсутність конфліктної ситуації через алкоголізм в сім'ї. Відсутність конфліктної ситуації в сім'ї. Позитивний стиль ставлення до дітей вчителя першого класу. Функціональна готовність до навчання в школі. Сприятливий статус дитини в групі до вступу в перший клас. Задоволеність в спілкуванні з дорослим. Адекватне усвідомлення свого становища в групі однолітків.

Діагностичні заняття в експериментальному класі (діагностичний етап)

Заняття 1. Проективний малюнок «Я вдома». Мета: вивчення процесу адаптації першокласників до шкільного навчання; виявлення чинників, які впливають на процес адаптації, визначення психологічного мікроклімату сім'ї, розвиток уяви, дрібної моторики рук, виховання любові до батьків. Обладнання: папір, кольорові олівці. Допоміжні матеріали: ілюстративний матеріал до вправи-розминки «Розфарбуй».

Хід заняття. Вступ. 1. Промова психолога. Психолог презентує себе, своє ім'я, розповідає про себе. Повідомляє тему, мету заняття. 2. Вправа-привітання «Ім'я». Хід вправи. Психолог промовляє: «Треба всім нам привітатись: «Добрий день!», Дружно й весело сказати: «Добрий день!», Вліво-вправо повернутись, Один одному всміхнутись. «Добрий день! Добрий день!». Учні повторюють привітання, а потім по черзі промовляють свої імена, починаючи речення такими словами: «Мене звати...».

Основна частина. 1. Вправа-розминка «Розфарбуй». Хід вправи. Учні пропонуються розфарбувати малюнок за цифрами. На дошці зображений плакат малюнка: 1 – синій колір, 2 – червоний, 3 – жовтий, 4 – зелений, 5 – фіолетовий. Учні малюють квітку із 5 пелюсток і розфарбовують. Обговорення вправи. Учні демонструють свої малюнки і розповідають, які кольори вони використали, розфарбовуючи їх. 2. Вправа-гра «Фарби». Хід вправи. Вправа-гра вчить учнів розрізняти кольори, а також розвиває пам'ять, увагу. Психолог перед проведенням гри ознайомлює учнів з різноманітними відтінками і кольорами фарб. Лише після цього можна проводити гру «Фарби». Учні вибирають господаря і два покупця; решта учнів – фарби. Кожна фарба придумує собі колір і тихо називає його господареві. Коли всі фарби вибрали колір, господар запрошує одного з покупців. Покупець стукає і промовляє: Тук-тук! – Хто там? – Покупець – Навіщо прийшов? – За фарбою. – За якою? – За блакитною. Якщо блакитної фарби немає, господар говорить: Йди по блакитній доріжці, знайди блакитні чобітки, поноси та назад принеси, або Скачи на одній ніжці по блакитній доріжці. Якщо ж покупець вгадав колір фарби, він забирає її собі. Йде другий покупець, розмова з господарем повторюється. Виграє той покупець, який вгадав більше фарб. При повторенні гри він виступає в ролі господаря, а покупців гравці вибирають. Умова: покупець не повинен повторювати двічі один і той же колір фарби. Обговорення вправи. Назвіть свій улюблений колір. Чи сподобалася вам гра? 3. **Діагностика. Малюнок «Я вдома».** Учні отримують аркуш паперу, беруть свої кольорові олівці і виконують завдання – відтворити на малюнку те, чим вони займаються вдома. Обговорення. Діти презентують свої малюнки, розповідають про те, що на них зображено. Вправа-руханка. «Мандрівник». Хід вправи. Дана вправа розвиває мислення, пам'ять, увагу. Учасники гри сідають у коло, один лише мандрівник залишається в центрі. Учні, які сидять по колу тихо – так, щоб мандрівник не

чув, вибирають для себе найменування міст або місцевостей. Мандрівник вголос називає міста, звідки і куди він хоче мандрувати. Наприклад: Я подорожую з Києва у Суми. Учасники гри, що вибрали ці назви, встають і міняються місцями, а мандрівник прагне зайняти одне з місць, що звільнилися. Той, хто залишається без місця, стає мандрівником.

Завершальна частина. Заключна рефлексія. Запитання для обговорення: Що сподобалось сьогодні на занятті? Що було важким? Ритуал прощання. Хід вправи. Психолог промовляє: Кожне слово для людей має значення. На прощання говори... (всі разом учні повторюють «До побачення»).

Заняття №2. Проективний малюнок «Я в школі». Мета: вивчення процесу адаптації першокласників до шкільного навчання; виявлення чинників, які впливають на процес адаптації, розвиток творчої уяви, дрібної моторики рук, виховування почуття відповідальності. Обладнання: папір, кольорові олівці, м'яч. Допоміжні матеріали: ілюстративний матеріал до вправи «Знайди відмінності».

Хід заняття. Вступ. 1. Промова психолога. Повідомлення теми, мети заняття, про те, що наше знайомство продовжується. 2. Вправа-привітання. Хід вправи. Психолог промовляє. Я всміхаюсь сонечку: Здрастуй, золоте. Я всміхаюсь квіточці: Хай вона цвіте! Я всміхаюсь дощику: Лийся мов з відра. І тобі всміхаюся: Зичу я добра. Учням пропонується привітатися один з одним за руку. Головна умова – привітатися з кожним з присутніх, нікого не пропустивши. 3. Вправа-розминка «Знайомство». Хід вправи. Психолог, в руках, якого знаходиться м'яч розповідає правила гри, про себе і свої інтереси, задаючи тим самим характер та настрій гри. Учень, який отримав м'яч, називає себе, своє ім'я і улюблене заняття, хобі, захоплення. М'яч отримує кожен учень.

Основна частина. 1. Вправа-руханка. Хід вправи. Вправа для «слухняних» пальчиків. Психолог розказує хід даної вправи, демонструючи пальці своєї руки. Оцей пальчик хоче спати, А цей пальчик уже ліг, Оцей пальчик лиш здрімнув, А оцей – уже заснув. Оцей міцно-міцно спить, Тихо-тихо, не шуміть! Сонце вранці зійде, Ранок ясний прийде. Будуть пташки щебетати, Будуть пальчики вставати. 2. Вправа. «Знайди відмінності». Хід вправи. Кожному учню пропонуються дві картинки, що здаються на перший погляд однаковими, але мають 10 істотних відмінностей. Учні повинні знайти ці відмінності і відмітити їх олівцем. Виграє той, хто знайде їх більше і швидше. Обговорення. Учні коментують виконане завдання. 3. Вправа-руханка «Зірви яблуко». Хід вправи. Учням пропонується розміститися в кімнаті так, щоб навколо кожного було достатньо вільного місця. Психолог. – Зараз ми збиратимемо в саду яблука, які ростуть високо. Щоб зірвати яблуко, потягніться правою рукою якомога вище, станьте на носочки, глибоко вдихніть і зривайте яблука. Тепер нагніться, покладіть яблуко в корзину, і поволі видихніть. Чудово! Зірвіть ще 2-3 яблука: то лівою рукою, то – правою. Тепер давайте потрясемо долонями і повернемося за парти. 4. **Діагностика. Малюнок. «Я в школі».** Діти отримують інструкцію від психолога про те, що їм необхідно намалювати все те, чим вони займаються

в школі. Обговорення. Діти представляють свої малюнки, розповідають про те, що на них зображено. Вправа-гра «Збери портфель». Хід вправи. Дітям необхідно зібрати портфель в школу. Кожен по черзі із дітей називає ті предмети, які на їхню думку, знадобляться їм в школі. Обговорення вправи. Діти розповідають для чого їм знадобиться той чи інший предмет в школі.

Завершальна частина. Заключна рефлексія. Запитання для обговорення: Що сподобалось сьогодні на занятті? Що було важким? Ритуал прощання. Хід вправи. Психолог. – Кожне слово для людей має значення. На прощання говори...» (всі разом – «До побачення»).

Заняття №3. Проективний малюнок «Школа тварин». Мета: вивчення процесу адаптації першокласників до шкільного навчання; виявлення чинників, які впливають на процес адаптації, розвиток творчої уяви, мислення, дрібної моторики рук, виховання почуття відповідальності, формування позитивної навчальної мотивації, уміння дотримуватись встановлених правил. Обладнання: папір, кольорові олівці, м'яч, музичний супровід.

Хід заняття. Вступ. 1. Промова психолога. Повідомлення теми, мети заняття, про те, що ми сьогодні помандруємо в казкову лісову школу тварин. 2. Вправа-привітання «Добрий день». Хід вправи. Учням пропонується привітатися один з одним за руку. Головна умова – привітатися з кожним з присутніх, нікого не пропустивши. 3. Вправа-розминка «Голоси». Хід вправи. Психолог зачитує слова, а діти повинні відтворити звуки різних тварин. Вранці тільки сонце встало, Півник будить всіх до справи (учні хором промовляють): Ку-ку-рі-ку! Всі прокинулися вмить: Коник у хліві іржить: Діти: Іго-го-го. І корівка не мовчить: Мууу. Цуцик весело до киці промовляє: Гав-гав-гав. А вона йому ласкаво теж муркоче: Няв-няв-няв. Гуска голосно гелгоче: Га-га-га! Квочка до курчаток квочче: Куд-ку-дах! Пустотливе ягнятко набридає: Бе-бе-е-е! І грайливе козенятко теж гукає: Ме-ме-ме-е! А у лісі вовк – розбійник завиває: У-у-у! І ворона-каркарона не змовкає: Кар-кар-кар! Психолог. – Так, ви у лісі. Навколо кремезні дуби, тонкі білокорі берізки, зарості малини, папороті. Ви опинилися у лісовій школі тварин.

Основна частина. 1. **Діагностика. Малюнок «Школа тварин».** Психолог ознайомлює дітей із інструкцією: уявити собі незвичайну школу – лісову школу тварин. Замість дітей відвідують школу тваринки. Які тварини вчать в цій школі? Подивіться уважно на свої малюнки і знайдіть ту тварину, якою б могли бути ви. Позначте буквою «я». Малювання супроводжується музикою (шум листя, води, вітру). Діти виконують завдання. Обговорення. Діти представляють свої малюнки, розповідають про те, що на них зображено. 2. Вправа-руханка «Лісник». Хід вправи. Дана вправа розвиває мислення, пам'ять, увагу. Учасники гри сідають у коло, один лише лісник залишається в центрі. Учні, які сидять по колу тихо, так, щоб лісник не чув, вибирають для себе назви тварин, птахів, які живуть в лісі (можна інший варіант - додати ще назви лісових дерев, кущів). Лісник промовляє: «Зайчик сховався за кущ калини». Учасники гри, що вибрали ці

назви, встають і міняються місцями, а лісник прагне зайняти одне з місць, що звільнилися. Той, хто залишається без місця, стає лісником. Так гра продовжується поки всі діти зіграють роль лісника. Варіанти гри. Білочка сушить гриби на сосні. Їжак заховався під кущем малини. Кабан збирає жолуді під дубом. Лисиця втікає від вовка. Обговорення вправи. Діти називають тих лісових звірів, яких вони щойно вибирали. Стараються пояснити чому саме цього звіра обрали.

Завершальна частина. 1. Перегляд мультфільму «Лісова абетка» (відео-ролик). 2. Заключна рефлексія. Запитання для обговорення: Що сподобалось вам сьогодні на занятті? Чи було важко малювати малюнок? 3. Ритуал прощання. Хід вправи. Психолог. – Кожне слово для людей має значення. На прощання говори...» (всі разом – «До побачення»).

Додаток В

**Заняття для успішної адаптації та профілактики дезадаптації
до освітнього процесу в школі учнів експериментального класу
(корекційно-розвивальний етап)**

Заняття №1 «Ім'я». Мета: розвиток уваги, пам'яті, збагачення словникового запасу, мислення, мовлення, довільної уваги, дрібної моторики рук; вчити зосереджуватись на сприйнятті цілого, розподіляти, перемикаючи увагу, аналізуючи зовнішній вигляд, форму об'єкта, групувати предмети; сприяти розвитку спостережливості, вольової регуляції; формування вміння дотримуватись встановлених правил, позитивну навчальну мотивацію. Обладнання: папір, кольорові олівці, музичний супровід.

Хід заняття. Вступна частина. 1. Психолог повідомляє тему і мету заняття дітям, а також про те, що діти будуть відвідувати дані заняття, які супроводжуватимуться різноманітними іграми. 2. Вправа-привітання «Знайомство». Хід вправи. Одна дитина підходить до іншої, торкається своїми долонями до її долонь і називає своє ім'я, а та називає у відповідь своє ім'я тощо. Потім учні стають у коло, беруться за руки і промовляють: Треба всім нам привітатись: «Добрий день!». Дружно й весело сказати: «Добрий день!». Вліво-вправо повернутись, Один одному всміхнутись. «Добрий день! Добрий день!». 3. Вправа-гра «Вітри дмуть на...». Хід вправи. Психолог починає гру зі словами: «Вітри дмуть на...», щоб учасники гри побільше довідалися одне про одного. Міркування можуть бути такого плану: «Вітер дме на того, у кого світле волосся» - всі збираються в одну групу. «Вітер дме на ...» того, у кого... є сестра, хто любить тварин, у кого є друзі тощо. Обговорення. – Чи сподобалася вам гра? Що нового ви довідалися про один одного?

Основна частина. 1. Релаксаційна вправа Етюд «Сонечко». Хід вправи. Звучить легка музика. Заплющіть очі. Зараз ми всі станемо сонечками і зігріємо один одного. Я – маленьке сонечко. Я прокидаюсь, вмиваюсь. Я розчісую свої промені і піднімаюсь повільно і урочисто. Я – велика куля. В мені багато тепла і світла. Я – велике сонце. Я дарую своє тепло всім: небу, хмаринкам, річкам, полям, людям. Я видихаю тепло. Я перетворююся на маленький сонячний промінь. Я лечу до землі і пірнаю в м'яку зелень листя. Я купаюсь в хвилях моря, я граюся в білій піні. Повертаємося до нашої кімнати. Відкриваємо очі. Запитання для обговорення: Які почуття ви пережили? Усно змалюйте картину побаченого вами. 2. Вправа. «Сонечко». Хід вправи. Діти малюють сонечко. Зображують своє обличчя в образі сонця. Малюють промінчики, ту кількість промінчиків, скільки можуть назвати своїх позитивних рис характеру. Обговорення. Діти демонструють свої малюнки і називають свої позитивні риси характеру. 3. Вправа-руханка «Про сонце». Хід вправи. Психолог говорить слова, а діти повторюють дані рухи. Хто ж там, хто вже там стомився? І додолу нахилився! Треба дружно всім нам встати, і розминку розпочати. Сонце спить, небо спить (закрити очі

долонями). Вітер навіть не шумить. Рано-вранці сонце встало (відкрити очі, підняти голову). І тепло всім подарувало (руки вгору і потягнутися до сонця).

4. Вправа «Придумати слова». Хід вправи. Придумати слова на букву «А», які означають риси характеру людини. Акуратна буква «А» До порядку заклика! Треба бути акуратним, Мати ангельський характер... А якщо активним будеш У друзів авторитет здобудеш. Гарні ось такі слова Знаю я на букву «А». Обговорення. Які слова, що виражають риси характеру ви помітили у вірші? (акуратна, ангельський, активний, авторитет). Чи всі слова вам зрозумілі?

5. Вправа «Риси характеру». Хід вправи. Один із учасників заняття (ведучий) виходить за двері. Решта дітям необхідно придумати риси характеру (бажано позитивні, психолог слідкує, щоб не було образливих слів), які притаманні даному учню, що вийшов з класу. Всі думки дітей психолог записує на аркуші паперу, а учням необхідно запам'ятати свої власні слова. Коли ведучий повернеться назад до класу, він повинен уважно вислухати думки своїх однокласників і вказати, кому дані слова належать. Психолог зачитує по одному слову. В ролі ведучого повинні бути всі учні, які присутні на даному занятті. Аркуш паперу із рисами характеру кожної дитини психолог зберігає в себе або повертає дітям. Обговорення. Питання до ведучого. Чи погоджуєшся ти з думкою своїх однокласників? В чому вони помиляються? Які слова тобі було приємно слухати?

Завершальна частина. 1. Вправа «Ім'я». Хід вправи. Дітям необхідно взятися за руки. Назвати по колу один одного ласкавим іменем, яке сподобалося і яким ви би хотіли, щоб вас звали. 2. Заключна рефлексія. Запитання для обговорення: Що сподобалось сьогодні на занятті? Що було важким? 3. Ритуал прощання. Хід вправи. Психолог. – Кожне слово для людей має значення. На прощання говори...» (всі разом – «До побачення»).

Заняття №2 «Моя сім'я». Мета: ознайомлення із членами сім'ї, традиціями; розвиток пам'яті, мислення, спостережливості, уваги, збагачення словникового запасу, розвиток мовлення, довільної уваги, дрібної моторики рук; вчити зосереджуватись на сприйнятті цілого, розподіляти та переключати увагу, виховання згуртованості, поваги і шани до родини. Обладнання: папір, кольорові олівці, м'яч.

Хід заняття. Вступ. 1. Психолог. Повідомлення теми, мети заняття. 2. Вправа-привітання «Ім'я». Хід вправи. Діти по колу передають м'яч, називаючи своє ім'я, а також ті імена, якими його звать батьки, дідусь, бабуся, сестри, брати. 3. Вправа-розминка. Гра «Помінятися місцями ті у кого...». Хід вправи. Психолог говорить слова: «Помінятися місцями ті у кого...» – є старший брат, молодша сестра, молодший брат, дідусь, бабуся, хто любить своїх батьків. Діти в цей час рухаються відповідно даних вказівок.

Основна частина. 1. Інформаційне повідомлення. Значення сім'ї в житті людини. Обговорення епіграфу заняття. 2. Малюнок «Моя сім'я». Психолог ознайомлює дітей із інструкцією, яка передбачає намалювати свою сім'ю. Діти виконують завдання. Обговорення. Презентація малюнків. Учні розповідають, кого вони зобразили на малюнку (можна створити галерею

малюнків і залишити в класній кімнаті, після чого зробити інтерпретацію малюнків). 3. Казка «Як мати стала зозулею». Були собі чоловік і жінка і мали вони четверо дітей. Жили вони з риболовлі. Якось чоловік застудився і помер. Жінка сама ловила рибу і годувала дітей. Та незабаром і вона застудилась і злягла хвора. Лежить у ліжку, а дітей їй немає чим годувати. Вже їй у неї пересохло в горлі, тоді вона мовила тихо до дітей: Діточки, діточки, подайте мені води. Бо не дам собі ради, щоб підвестися самій, а пити так хочеться. – Нема в хаті води, – відказують діти. – Візьміть глечик, – каже мати, – підіть до річки та їй наберіть води. Озався старший хлопець: Я не маю чобіт, нехай йде сестра. Мати до дочки: Піди, доню, принеси мені води. – Я не маю хустки завинутися. Нехай йде менший. Просить мати меншого сина: Піди, Івасику, принеси мені водички. – Я не маю в що вдягнутися, – відказує той. Так ніхто і не приніс хворій матері води. Пішли діти надвір, граються, а мати в хаті ледве-ледве підводиться з ліжка, обростає пір'ям. А найменший хлопчина саме вбіг у хату, бачить – мати вже стає зозулею, став гукати до брата і сестрички: Наша мати стає зозулею, хоче відлетіти од нас. Скоренько біжімо по воду для неї. Схватили діти хто що – глечик, кружечку, відро. Всі побігли до річки, набрали води і кричать навперебій: Мамочко, мамочко, пий воду. А мати вже вся обросла пір'ям, стала зозулькою, відлітає від хати: Ку-ку, ку-ку... Пі-зно, ді-ти, пі-зно... Ку-ку, ку-ку... І стала відлітати. А діти за нею бігли, бігли, збиваючи по грудях ноги до крові. І до цих пір у лісах, на полянах стелиться мох з червоними краплинами: то, кажуть, ті краплини крові, що стікали отоді з ніг дитячих. А мати назавжди відцуралася рідних дітей і донині літає зозулею. Обговорення казки. Питання для обговорення: Скільки дітей було в матері? Що просила мама у дітей? Хто допоміг матері? Що сталося з матір'ю? 4. Вправа-руханка. Вправа для «слухняних» пальчиків. Хід вправи. Психолог розповідає вірш і одночасно демонструє рухи пальцями рук. Оцей пальчик – наш дідусь, А оцей – бабуся, Оцей пальчик – наш татусь, А оцей – мамуся, Ну а цей маленький, Їх синок гарненький. 5. Вправа «Прикрась слово». Хід вправи. Психолог називає слово (іменник), а діти добирають ознаку до цього слова, що означає дане слово. Мама (яка?)..., тато, дідусь, сестра, бабуся. Обговорення. До якого слова найлегше було дібрати слова-ознаки?

Завершальна частина. 1. Вправа-гра «Бабуся збирає у кошик...». Хід вправи. Учням необхідно продовжити речення. Спочатку повторити слово попереднього учня, а потім сказати своє слово. Наприклад, бабуся збирає в кошик яблука. Наступна дитина говорить: бабуся збирає в кошик яблука і груші і т. д. Обговорення. Чи важко було запам'ятовувати слова, які придумували однокласники? 2. Заключна рефлексія. Запитання для обговорення: Що сподобалось вам сьогодні на занятті? Що було важким? 3. Ритуал прощання. Вправа «Оплески». Хід вправи. Психолог ознайомлює дітей з даною інструкцією: Всі ви бачили як аплодують артистам після концерту чи вистави. Я хочу запропонувати вам гру. В кінці нашого заняття ми всі стаємо в коло. Один із нас починає дарувати оплески одному із своїх однокласників. Потім вони обирають наступного учня, підходять вже двоє до

третього й теж дарують йому оплески. Щоразу той, кому аплодували, має право обрати наступного. Таким чином гра триває, й овації стають все гучнішими (кульмінація гри – коли остання дитина чує оплески всієї групи).

Заняття №3 «Я школяр». Мета: виявлення прихованої агресії та дезадаптації дітей, збагачення словникового запасу, поінформованості, мислення, пам'яті, уваги, розумових операцій (узагальнення, класифікація), мовлення, дрібної моторики рук; вчити зосереджуватись на сприйнятті цілого, розподіляти та переключати увагу, аналізуючи зовнішній вигляд, розмір об'єкта; розвиток спостережливості, вольової регуляції; формування уміння дотримуватись встановлених правил, позитивної навчальної мотивації, виховання згуртованості, почуття дружби та товаришування. Обладнання: м'яч, кубики, олівці, папір.

Хід заняття. Вступ. 1. Психолог. Повідомлення теми, мети заняття, про те, що сьогодні будемо говорити про школу та особливості шкільного життя. 2. Вправа-привітання «Струм». Хід вправи. Учасники сідають в коло, тримаючись за руки і передають по колу «струм» (тиснуть один одному руку), в думці передаючи гарні побажання. По можливості їх потім діти можуть і озвучити. 3. Вправа-руханка «Тупотіть ті, хто...». Хід вправи. Психолог звертається до дітей із словами: Тупотіть ті, хто любить співати, танцювати, ходити в школу, малювати, читати тощо». Діти виконують дані вказівки, якщо це стосується їх самих.

Основна частина. 1. Вправа «Придумати слова». Хід вправи. Психолог повідомляє про те, що необхідно придумати слова за шкільною тематикою. Слова, що означають риси характеру на букви «Ш, Щ». Букви «Ш» та «Щ» скажуть вам свої слова. Щедра, щаслива, щира душа, Шановна особа, широка натура, Сповнена внутрішньої культури. І зовсім, діти, для нас не дивно, Що це, звичайно, шляхетна людина. Обговорення. Які незнайомі слова ви почули? Чи зрозумілі вам всі слова? Як ви розумієте словосполучення «шляхетна людина»? 2. Вправа. «Скарбниця бажань». Хід вправи. Кожен із дітей бере до рук кубик і придумує бажання, яке пов'язане із шкільним життям, в чому відчуває труднощі в навчанні. Потім дитина кидає до скриньки кубик і промовляє своє бажання. Наприклад, я хочу навчитися добре писати літери, малювати, рахувати тощо. Обговорення. Звертаю увагу дітей на характер труднощів і запевняю, що все можна виправити і всього в школі навчитися, тільки важливо мати бажання, бути старанним і працьовитим. 3. Вправа-руханка «То не є проблема» (відео-фізхвилинка). Хід вправи. Діти відтворюють рухи, які демонструються на екрані проектора. 4. Творче завдання. Хід вправи. Необхідно скласти казку про лісову школу тварин. Психолог починає, а діти продовжують. Ми з вами вже малювали лісову школу тварин, а тепер спробуймо розказати, як жилося в цій школі тваринкам, що вони робили, як вчилися, відпочивали на перервах? Обговорення. Діти висловлюють свої думки відносно даного завдання.

Завершальна частина. 1. Гра «Клейовий дощик». Хід вправи. Психолог коментує хід вправи, а діти виконують рухи: стають один за одним і тримаються за плечі того, хто стоїть попереду. У такому положенні вони

долають різні перешкоди: присісти і підвестися, обійти «широке озеро», продертися крізь «дрімучий ліс», ховатися від «диких звірів». Протягом всієї вправи діти не повинні відчіплятися від свого партнера. Вправа сприяє згуртуванню групи. Обговорення. Чи легко було виконувати дану вправу? Хто з вас «відклеївся»? 2. Вправа «Незакінчене речення». Хід вправи. Психолог пропонує дітям закінчити речення «Для мене школа – це...». 3. Заклучна рефлексія. Запитання для обговорення: Що сподобалось вам сьогодні на занятті? Що було важким? 4. Ритуал прощання «Оплески».

Заняття №4 «Емоції – це те, що ми відчуваємо». Мета: забезпечення атмосфери довіри, зниження емоційного напруження, підвищення рівня адаптації в колективі, розвиток вміння розпізнавати емоційні стани інших людей, зорової пам'яті, здатності мислення до узагальнення та класифікації, мовлення, дрібної моторики рук; набуття вміння зосереджуватися на сприйнятті цілого, виділяти в зображенні окремі контури об'єктів, розподілення й перемикання уваги, встановлення подібності об'єктів; сприяння розвитку рухової пам'яті, формування пізнавальної активності, виховання почуття милосердя, співчуття. Обладнання: абетка почуттів, ілюстрації до казок, кольорові олівці, папір, фарби. Допоміжний матеріал: ілюстративний матеріал до вправи «Емоції – це те, що ми відчуваємо».

Хід заняття. Вступна частина. 1. Психолог. Повідомлення теми, мети заняття. 2. Вправа-привітання «Усмішка по колу». Хід вправи. Усі діти беруться за руки і передають «усмішку по колу». Кожна дитина повертається до свого сусіда праворуч або ліворуч і, побажавши йому щось гарне і приємне, усміхається йому, той усміхається наступному сусідові тощо. Обговорення. Питання для обговорення. Чи приємно отримувати посмішки, компліменти один від одного? Який настрій зараз переважає у вас? Діти висловлюють свої думки відносно даного завдання.

Основна частина. 1. Інформаційне повідомлення «Емоції – це те, що ми відчуваємо». Кожна людина – це окреме «Я», це особистість. До основних емоцій належать: радість, гнів, здивування, сум, страх. Покажіть, будь ласка, за допомогою виразу обличчя емоцію «радість». Почуття – це вищий рівень розвитку емоцій (почуття любові, милосердя, доброти). На дошці абетка почуттів та ілюстрації казкових героїв, які відтворюють певні емоції. Обговорення. Діти обговорюють абетку почуттів і порівнюють казкових героїв (див. допоміжні матеріали). 2. Вправа-гра «Хто швидше розплутає порівняння». Хід вправи. Психолог зачитує дані порівняння (плакат на дошці). Діти аналізують їх. Дужий, як заєць. Кучерявий, як слон. Вірний, як лис Боязкий, як вовк Голодний, як ведмідь Колючий, як віл, Хитрий, як баран, Здоровий, як миша, Неповороткий, як пес, Впертий, як їжак, Маленький, як осел. Обговорення. Хто із звірів вам більше симпатизує? Розкажіть про свою улюблену тваринку. 3. Бесіда. «Чарівне містечко». Хід бесіди. Так мандруючи разом із казковими героями ми опинилися в чарівному містечку. Як і в кожному місті тут є вулиці. Перша вулиця – Людності. Розташовані будинки Доброти і Впевненості. На верхньому поверсі у будинку Доброти живуть добрі люди, казкові герої. На нижньому

поверсі живуть ті, в кого доброти менше. Поселенням у будинки Доброти і Впевненості займається Чарівник. Як ви вважаєте, куди поселить він наших казкових героїв (лисицю, вовка, Карлсона, Попелюшку, кота Леопольда). А як ви думаєте, куди поселить Чарівник вас в цих будинках? Поселіть своїх друзів, обміняйтеся листочками із підписаними своїми іменами (кожна дитина підходить до намальованих будиночків і робить вибір). 4. Вправа-руханка. «Потяг». Хід вправи. На дошці прикріплені слова-почуття: доброта, любов, радість, людяність, сміливість, ніжність, турбота, милосердя, впевненість. Діти по черзі вибирають собі дані слова. Перша дитина каже: «Я - потяг доброти. Будь моїм вагончиком» і підходить до будь-кого із своїх однокласників. Так формується потяг. Діти рухаються, тримаючись один одного за плечі і видають звуки потягу. Обговорення. Учні висловлюють свої думки щодо даних слів, значення яких стараються самі пояснити, а також отримати коментарі від психолога.

Завершальна частина. 1. Арт-терапевтична вправа «Малюємо пальчиками». Учні на альбомних аркушах, обмочуючи пальчики у фарби, малюють малюнок. Тему вибирають самостійно – хто що бажає малювати на даний час. Обговорення. Питання для обговорення. Який настрій переважав, коли ви малювали? Яка тематика вашого малюнка? Які переважаючі кольори у вас на малюнку? 2. Заклучна рефлексія. Запитання для обговорення: Що сподобалось вам сьогодні на занятті? Що було важким? 3. Ритуал прощання «Оплески».

Ілюстративний матеріал до вправи.



Заняття №5 «Горнятко доброти». Мета: усвідомлення поняття «добро» і «зло», розширення і збагачення словникового запасу учнів, заохочення бажання робити добрі вчинки, розвиток творчої уяви, зорової пам'яті, мислення, мовлення, дрібної моторики рук; набуття вміння зосереджуватися на сприйнятті цілого, виділяти головне, розподіляти й перемикаати увагу, встановлювати подібність об'єктів; виховання почуття дружби, розвиток уміння вибору позитивної поведінки в соціумі.

Обладнання: плакат «Горнятко доброти», музичний супровід, олівці, фарби, папір. Дидактичний матеріал: ілюстративний матеріал до вправ «Кошенята» і «Горнятко доброти».

Хід заняття. Вступ. 1. Психолог. Повідомлення теми, мети заняття. 2. Вправа-привітання. Хід вправи. Психолог промовляє: Добрий день – тобі сказали. Добрий день – відповів ти. Як дві ниточки зв'язали: Теплоти і доброти. Всі діти взяли за руки, посміхнулися один одному і промовили: «Я радий тебе бачити!» 3. Вправа-розминка «Кошенята». Хід вправи. Дітям пропонується розглянути малюнок і відгадати, де чії тіні. З'єднати кошенят з їхніми тінями. Завдання може бути як індивідуальне, так і групове. 4. Рольова гра «Кошеня». Хід вправи. Психолог змалює таку образну картину. Уявіть собі ситуацію: мама принесла в дім кошеня. Йому страшно і сумно. Кожний з учнів по черзі стає кошеням, а інші учні говорять йому добрі слова, намагаючись заспокоїти, нагодувати кошеня. В ролі кошеняти по можливості повинні бути всі учні. А особливо ті, в яких підвищений рівень тривожності, низька самооцінка. Обговорення. Питання для обговорення: Як ви почувалися в ролі кошеняти? Чи важко було вам «заспокоювати» кошеня?

Основна частина. 1. Інформаційне повідомлення про добро і зло. Що таке добро? Що таке зло? Розповім вам таку легенду. Прийшов якийсь воїн до старого мудреця і запитав: «О мудрець, відкрий мені таємницю життя. В чому різниця між добром і злом? Мудрець замислився і відповів: Ти – молодий дурник. Як людина, подібна до тебе, може зрозуміти таке? Почувши це, воїн заволав і дістав свій меч. Цієї миті мудрець сказав йому: «Це й є зло». Почувши ці слова, воїн заховав свій меч. А мудрець сказав: А це – добро». Обговорення. Як ви зрозуміли науку мудреця? Наведіть приклади добра і зла. Яким кольором ви позначили б добро і зло? Чому? 2. Арт-терапевтична вправа «Добро-Зло». Хід вправи. Учні виконують завдання: на одному аркуші діти малюють добро, а на іншому – зло. Обговорення. Демонстрація малюнків. Звертаємо увагу на гаму кольорів. Як можна змінити «злі» малюнки? (домалювати світлі образи, змінити палітру кольору, також можна знищити такий малюнок). 3. Вправа «Придумай слова». Хід вправи. Доберіть до слова «добро» якнайбільше подібних слів (добро, добродій, добродійка, добрячок, добробут, доброзичливий, добродушний, доброта). 4. Вправа-руханка «Потяг». Хід вправи. Зі слів, які придумали учні, будують потяг доброти. 5. Вправа-релаксація «Горнятко доброти» (під легку музику). Хід вправи. Влаштуйтеся зручно, заплющте очі, дихайте спокійно, рівно. Уявіть перед собою аркуш білого паперу, а на ньому своє улюблене горнятко. Розмалюйте його уявно так, як вам хочеться. Ще раз уважно розгляньте. Наповніть його по вінце улюбленим напоєм (молоко, йогурт, сік, лімонад тощо). А тепер уявіть ще порожнє горнятко, відлійте в нього зі свого горнятка. А поряд ще є порожнє горнятко. Відлійте із свого горнятка в усі свого улюбленого напою. А тепер зазирніть у своє горнятко. Воно знову повне. Це горнятко стало особливо чарівним. Адже воно наповнилося твоєю добротою. Розплющте очі. Спокійно і впевнено промовимо: Це я! У мене є таке горнятко! Обговорення. Учні розповідають

про свої враження. Психолог демонструє своє горнятко доброти. Чому горнятко завжди ставало повним, хоча ми відливали з нього свій улюблений напій? (Чим більше доброти віддаєш іншим, тим більше доброти отримуєш навзаєм). 6. Бесіда. Прислів'я про добро: Добре слово краще за цукор і мед. Добрим словом і мур проб'єш, а лихим і в двері не ввійдеш. Один раз добром зігріє серце вік не прохолоне (Т. Шевченко). Діти зачитують прислів'я з дошки. Стараються пояснити їх зміст.

Завершальна частина. 1. Творче завдання. Скласти правила доброти. Методом «Мозкового штурму» діти висловлюють свої думки, а психолог записує на плакаті. Правила доброти (орієнтовні): допомагати слабким, маленьким, хворим, стареньким, немічним, тим, хто потребує допомоги; пробачати помилки іншим; не бути жадібним; не заздрити. 2. Домашнє завдання. Намалювати власне горнятко доброти. 3. Заключна рефлексія. Запитання для обговорення: Що сподобалось вам сьогодні на занятті? Що було важким? 4. Ритуал прощання. «Оплески».

Дидактичний матеріал: ілюстративний матеріал до вправ «Кошенята» і «Горнятко доброти».



Заняття №6 «Любов і людяність людям дарує». Мета: розвиток самоаналізу, вміння оцінювати і аналізувати поведінку інших, розпізнавати емоційні стани, розвиток творчої уяви, зорової пам'яті, критичного мислення, мовлення, дрібної моторики рук; набуття вміння зосереджуватися на сприйнятті цілого, виділяти головне, розподіляти й перемикаючи увагу, виховання почуття любові один до одного. Обладнання: олівці, фарби, папір, скринька із дзеркалом, різні листівки, музичний супровід.

Хід заняття. Вступ. 1. Психолог. Повідомлення теми, мети заняття. 2. Вправа-привітання. Хід вправи. Психолог промовляє: Ти усміхнися небу, усім, хто біля тебе: і братику й сестричці, і сонечку й травичці. Люби усіх довкола, удома та у школі!». Учні вітаються, посміхаються один одному, беруться за руки, і всі голосно промовляють: «Доброго дня всім!». 3. Вправа-розминка. Психогімнастика. Хід вправи. Психолог пропонує дітям виконати такі дії: посміхнутися як кіт на сонечку; як сонечко; пострибати як коник; як кенгуру.

Основна частина. 1. Вірш. Психолог читає вірш Л. Вознюк «Від серця і до серця». Від серця і до серця ми прокладемо стежинку, у кожного позичим любові на краплинку. І ось уже – дорога, по ній ітимуть люди. Краплинка до

краплинки – з любові море буде. Ми ключик доберемо до кожного серденька. Попросим милосердя насипати у жменьку. Зернята в колос повний піднімуться у краї, і нація духовні збиратиме врожаї. Від серця і до серця збудуємо місточок. Ми доброти попросим малесенький шматочок. Усім за ці щедроти сторицею воздасться, бо вміти дарувати – найвище в світі щастя.

Обговорення. Питання для обговорення. Про що розповідається у вірші? Які «теплі» слова ви почули у вірші? Які слова виражають риси характеру людини? (доброта, щастя, любов).

2. Вправа «Придумай слова». Хід вправи. На першу букву слова «любов» придумати слова, які б виражали риси характеру людей. Діти придумують слова, а потім психолог зачитує такі віршовані рядки. Буква «Л» по праву гордитися має, Що такі гарні слова вона знає! Любов і людяність людям дарує. Ласкавим і лагідним стать пропонує. Будь люблячим сином своїй Україні, Лелій її душу у злагоді й мирі!

Обговорення. Чи всі слова зрозумілі?

3. Інформаційне повідомлення «Люби ближнього свого, як самого себе» (звертаємо увагу на епіграф заняття). Сьогодні ми будемо говорити на занятті про почуття любові один до одного. Однією із Заповідей Божих є: «Люби ближнього свого, як самого себе». Як ви думаєте, що означає любити? Любов усе об'єднує, все з'єднує. Апостол Іоанн промовив: «Бог є любов». Люди створені для взаємної любові, яка зв'язує їх у сім'ї, в суспільстві, в державі. Батьки люблять дітей своїх і діти – батьків тому, що любов – це вроджене почуття. Почуття милосердя і співчуття набувається не досвідом і не через науку, воно притаманне людській природі.

4. Рефлексія попереднього заняття. Хід вправи. Домашнє завдання – малюнки дітей «Горнятко доброти». Діти демонструють свої малюнки, пояснюють, що на них зображено і прикріплюють на дошку. Запитання до учнів: З ким би ви хотіли поділитися тією добротою, що міститься у вашому горнятку? Кому із однокласників ви б поділили своєї доброти, а кому б допомогли?

5. Вправа «Найголовніша людина». Хід вправи. Психолог: Діти, зараз ви побачите найголовнішу людину в світі. Як ви думаєте, хто ця людина? Зараз я підійду до вас і ви побачите цю людину в скриньці. Психолог підходить до кожної дитини із скринькою, в якій міститься дзеркало. Діти заглядають в скриньку і дивляться на себе. Отже, ви зрозуміли, що найголовніша людина в світі – це ви.

6. Вправа-руханка. «Знайди друга». Хід вправи. «Найголовніша» людина повинна мати друзів. За допомогою розрізаних навпіл листівок діти знаходять собі пару.

7. Вправа-релаксація «Розфарбуй любов'ю». Хід вправи. Учні залишаються в парах (релаксаційна музика «Шум моря»). Психолог промовляє: Зараз ми спробуємо поділитися любов'ю один з одним. Витягніть руки вперед і уявіть собі, що вони вкриті кольором любові. Який колір ви для себе виберете? Спробуйте «розфарбувати» один одного кольором любові, ніжності, доброти. Я покажу, як це можна буде зробити (до кількох учнів психолог підходить і показує, наголошуючи на кольорі для кожної дитини окремо). Спочатку підготуйте свої долоньки для «розфарбовування»: потріть їх, відчуйте як вони стають теплими. Тепер витягніть долоні вперед, вони злегка поколюють, вони сповнені любові, енергії. Підійдіть до свого друга і почніть

розфарбовувати його. Покладіть руки на голову свого напарника. Пошліть йому в думці ласкаві і ніжні слова. Уявіть яким кольором любові і добра ви вкриваєте його. Забарвлюйте обличчя, щоки, вуха. Через плечі спускайтеся по руках до долонь. Це триває 1-2 хвилини. Діти міняються місцями і вправа повторюється. Обговорення. Питання для обговорення. Що ви відчували, коли виконували цю вправу? Коли вас «забарвлювали» і коли ви «забарвлювали» свого друга. Яким кольором ви фарбували один одного? Які думки посилали один одному? 8. Руханка «Не забудь» (відеоролик). Хід вправи. Діти під музику виконують рухи.

Завершальна частина. 1. Вправа «Незакінчене речення». Я люблю... 2. Домашнє завдання «Фарби любові». Учням вдома необхідно намалювати почуття любові. Подумайте, якими кольорами можна виразити любов до людей? 3. Заключна рефлексія. Запитання для обговорення: Що сподобалось вам сьогодні на занятті? Що було важким? 4. Ритуал прощання «Оплески».

Заняття №7 «Чи важко бути добрим». Мета: формування умінь висловлювати думки, розвиток мислення, мовлення, пам'яті, розумових операцій, уваги, дрібної моторики рук; сприяти розвитку вольової регуляції, умінь зосереджуватись; формування позитивної навчальної мотивації, виховання відповідальності за свої думки і вчинки, бажання дарувати добро людям; формування умінь спостерігати, аналізувати і робити висновки, формування адекватної самооцінки. Обладнання: олівці, папір, фарби, мультфільм «Квітка-семиквітка», музичний супровід.

Хід заняття. Вступ. 1. Психолог. Повідомлення теми, мети заняття. 2. Вправа-привітання. Хід вправи. Назвати своє ім'я і продовжити речення: «Понад усе я люблю ...», «Про мене кажуть, що я ... 3. Вправа-розминка «Вітер дує на...». Хід вправи. Психолог: Вітер дує на того, у кого довгі коси, чорне волосся, хто любить гратися, тощо». Учні в цей час пересідають з місця на місце, якщо ці міркування відносяться до них.

Основна частина. 1. Рефлексія попереднього заняття «Фарби любові». Хід вправи. Учні презентують свої малюнки. 2. Інформаційне повідомлення «Чи важко бути добрим». Кожна людина живе за притаманними їй звичками. Звикла людина до зла – отже, і вважає його своїм нормальним станом, а добро здається їй чимось неприродним і для неї непосильним. Якщо ж людина звикла до добра, то вже робить його не тому, що так треба робити, а тому, що не може не робити, як не може людина не дихати, а птах – не літати. Сьогодні ми спробуємо дати відповідь на питання «Чи важко бути добрим?» В цьому нам допоможе мультфільм. 3. Перегляд мультфільму «Квітка-семицвітка». Обговорення. Питання для обговорення: Як потратила пелюстки своєї квітки дівчинка Женья? Яку добру справу зробила дівчинка для хлопчика Віктора? 4. Вправа-руханка «Веселка» (відеоролик). Хід вправи. Учні під музику виконують рухи. 5. Арт-терапевтична вправа. Малюнок «Квітка доброти». Хід вправи. Діти малюють квітку із сьомо різнокольоровими пелюстками. Кольори діти обирають на свій смак. Звертаємо увагу на вибір кольорової гами. На кожному пелюстку учні придумують свої бажання. Обговорення. Презентація дитячих малюнків.

Учні озвучують свої бажання. Під час обговорення бажано заохочувати ті їх бажання, що пов'язані із прагненням потурбуватися про товаришів, старших людей, слабших, тих, хто потребує допомоги. Свої малюнки учні прикріплюють в класній кімнаті. 6. Вправа-релаксація. Хід вправи. Звучить легка музика. Психолог промовляє: Заплющіть очі й уявіть себе маленькою пташкою, яка сидить на гілці. Ви уважно прислухаєтеся, про що шепочуться між собою листочки, про що співає вітерець у кроні дерева. Вам затишно і спокійно. А тепер ви починаєте розгойдуватися: ліворуч-праворуч, ліворуч-праворуч. Розправили крила й полетіли зграйкою високо в небо. Легкий вітерець теплим струменем підхоплює вас і виштовхує все вище й вище в саму височінь небесну. Згори ви бачите безкрайне море, спокійне і лагідне. Далі ви побачили зелену галявину, спустилися на шовкову травичку. Повертайтеся до нас! Обговорення. Яку картинку вам вдалося змалювати? Що ви побачили? Чи вдалося вам відпочити?

Завершальна частина. 1. Бесіда. Учні дають відповідь на поставлене на початку заняття питання «Чи важко бути добрим?» Зачитують і обговорюють прислів'я, які записані на дошці: Щире слово, добре діло й серце обіграло. З добром дружися, а лихого стережися. Ласкаве слово – що весняний день. 2. Заклучна рефлексія. Питання для обговорення: Що сподобалось вам сьогодні на занятті? Що було важким? 3. Ритуал прощання. Хід вправи. Учні, взялися всі за руки, посміхнулися один одному доброю усмішкою. Дякую всім за співпрацю!

Заняття №8 «Країна Знань». Мета: зміцнення в учнів бажання вчитися, отримувати знання, розвиток мислення, сприйняття, уваги, мовлення, пам'яті, розумових операцій, дрібну моторику рук; набуття вміння виділяти об'єкти на підставі співставлення його з іншими, встановлювати подібність за суттєвими та несуттєвими ознаками; сприяння розвитку вольової регуляції, уміння зосереджуватись; формування позитивної навчальної мотивації, виховання почуття підтримки і співпереживання, згуртованість групи. Обладнання: олівці, фарби, ілюстрації до казок «Колобок», «Попелюшка», «Котик і півник».

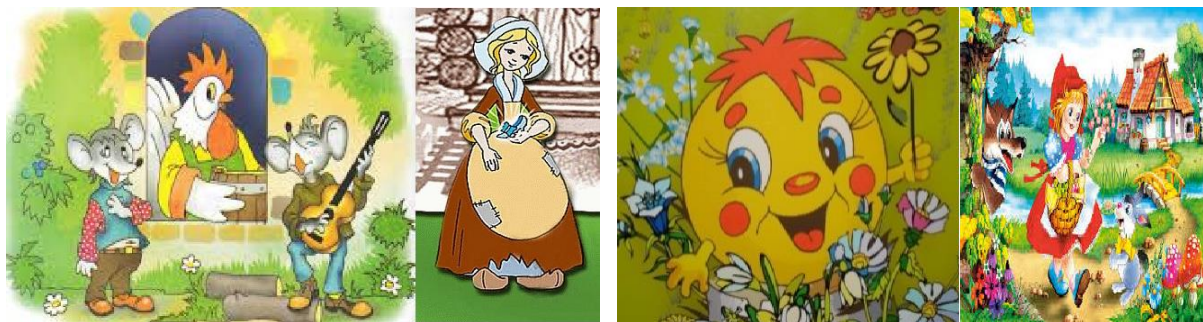
Хід заняття. Вступ. 1. Психолог. Повідомлення теми, мети заняття. 2. Вправа-привітання. Хід вправи. Психолог промовляє: Треба всім нам привітатись: Добрий день! Дружно й весело сказати: Добрий день! Вліво-вправо повернутись, Один одному всміхнутись. – Добрий день! Добрий день! Учні повторюють привітання. 3. Вправа-розминка «Розірви коло». Хід вправи. Учні стали в коло, взялися за руки. Одна дитина повинна опинитися в середині кола – розірвавши його, або якимсь іншим чином. Обговорення. Питання для обговорення: Кому з вас найлегше вдалося ввійти в середину кола? Який спосіб найлегший, щоб розірвати коло?

Основна частина. 1. Вправа «Четвертий зайвий». Хід вправи. Розгляньте групи слів і визначте, яке слово зайве. Також назвіть інші три слова (предмети) одним узагальнюючим словом: Мак, ромашка, троянда, цибуля. Яблуко, персик, огірок, груша. Помідор, баклажан, перець, слива. Чайник, стілець, стіл, шафа. Машина, літак, автобус, тролейбус. Олівець,

портфель, капелюх, зошит. 2. Інформаційне повідомлення. Сьогодні ми помандруємо в Країну Знань. Тут нас чекатимуть різні пригоди. Помандруємо туди потягом Мудрості. 3. Вправа-руханка «Потяг»: учні повторюють гру з попереднього заняття і вибирають собі «вагончики» – допитливість, оригінальність, талановитість, впевненість, кмітливість, розум, спритність, сміливість (риси записані на дошці, їхня кількість залежить від кількості учнів, які присутні на занятті). 4. Інформаційне повідомлення (продовження): Так ми добралися до вулиці Розуму, де стоїть будинок Працьовитості. На першому поверсі даного будинку мешкають ті, хто не дуже любить працювати, трудитися, а в нашому випадку – вчитися. На другому поверсі, навпаки, мешкають працьовиті, наполегливі жителі, які люблять і хочуть вчитися. Нам необхідно розселити казкових героїв в цьому будиночку: Попелюшку, Червоного Капелюшка, мишок Круть і Верть, Колобка. Обговорення. А куди ви б хотіли поселитися, на якому поверсі ви б мали бажання мешкати? 5. Творче завдання «Врятувати казкового героя». Хід вправи. Робота в групах. Перша група – Колобок. Завдання. Дітям необхідно придумати закінчення казки «Колобок», щоб врятувати його від лисиці. Друга група – Червоний Капелюшок. Завдання: врятувати Червоного Капелюшка і бабусю від вовка. Обговорення. Учні презентують свої напрацювання. Перша група розповідає, а друга – слухає й може задавати питання, які стосуються даної казки. Потім аналогічно працює друга група. 6. Дидактична вправа «Їжачки». Учні пропонується розглянути малюнок і знайти двох однакових їжачків. Вивчити загадку про їжачка. 7. Вправа-руханка «Зарядка для дітей» (відеоролик). Учні виконують рухи.

Завершальна частина. 1. Вправа «Хто в класі найуважніший?». Психолог читає уривок казки, але з помилками, називаючи не ті слова. Учні повинні впізнати неправильне слово і виправити помилку: Йшов дід густим літом (лісом) і загубив рахівничку (рукавичку). Ось біжить миска (мишка), побачила рахівничку (рукавичку) та й каже: Тут я буду вештатись (мешкати)! Коли це скаче шапка (жабка) та й питає: А хто тут мешкає? – Миска (мишка). А ти хто? – Шапка (жабка). Пусти й мене вештатись (мешкати)! – Йди. 2. Заключна рефлексія. Питання для обговорення: Що сподобалось вам сьогодні на занятті? Що було важким? 3. Ритуал прощання «Оплески».

Ілюстративний матеріал до творчого завдання «Врятувати казкового героя».



Ілюстративний матеріал до вправи «Їжачки».



Заняття №9 «Вчитися – це так цікаво!». Мета: закріплення знань учнів щодо правил поведінки на уроках і на перервах, виявлення шкільної мотивації, зміцнення бажання вчитися, підвищення рівня пізнавальних процесів, розвиток мислення, мовлення, пам'яті розумових операцій; набуття умінь зосереджуватись; виховання зацікавлення до отримання нових знань. Обладнання: папір, олівці, ігри з піском, голосні букви великих розмірів.

Хід заняття. Вступ. 1. Психолог. Повідомлення теми, мети заняття. 2. Вправа-привітання. Хід вправи. Проспівати своє ім'я, а всі учасники групи підспівують або, як відлуння – відгукуються. 3. Вправа-розминка «Струм». Хід вправи. Учні беруться за руки. Ведучий стає в центр кола і спостерігає за ходом гри. Перший гравець стискає руку сусіда праворуч, а той передає імпульс стискання іншому гравцю тощо. Ведучий повинен вгадати, де зупинилося стискання. Якщо ведучий вгадав, то наступним ведучим стає інший гравець. Так гра продовжується.

Основна частина. 1. Вправа «Продовжити речення» за аналогією. Хід вправи. Психолог зачитує початок даного міркування, а учням необхідно його закінчити. За правильну відповідь нараховується 1 бал. Перемагає той, хто набере найбільшу кількість балів. сіль солоня, а цукор... стежка вузька, а дорога... помідор червоний, а огірок... ходити ногами, а кидати... хлопчики виростають і стають чоловіками, а дівчатка... небо синє, а трава... хліб – це їжа, а стіл... вночі темно, а вдень... дерева великі, а квіти... молоко біле, а полуниця... у трикутника три сторони, а в чотирикутника... Обговорення. В чому були труднощі? Хто набрав найбільшу кількість балів, той – переможець. 2. Інформаційне повідомлення. Хід вправи. Психолог розповідає дітям про основні моменти шкільного життя, а також пояснює, для чого людині потрібно вчитися. Вік живи – вік учись. Знання людині – що крила пташині. Наука в ліс не веде, а з лісу виводить. Знання красить, а незнання смішить. З усіх скарбів знання найцінніше, тому що воно не може бути ні вкраденим, ні загубленим, ані знищеним. Здобудеш освіту – побачиш більше світу. Виховання, як золото – дорого цінується скрізь. Обговорення. Учні зачитують деякі прислів'я і висловлюють свої міркування. 3. Гра-казка «Царство голосних». Хід вправи. Ігри з піском. Закріплення знань про

Заняття №10 «Я справжній школяр». Мета: закріплення знань учнів щодо правил поведінки на уроках і на перервах, зміцнення бажання вчитися, підвищення рівня пізнавальних процесів, розвиток основних операцій мислення (узагальнення, класифікація), пам'яті, мовлення, дрібної моторики рук; удосконалення сприймання, сприяння розвитку рухової пам'яті, набуття умінь зосереджуватись; виховання зацікавленості до отримання нових знань, формування позитивної навчальної мотивації. Обладнання: фарби, олівці, папір, картки з геометричними фігурами.

Хід заняття. Вступ. 1. Психолог: повідомлення теми, мети заняття. 2. Вправа-привітання «Привітайся з другом». Хід вправи. Необхідно подати руку однокласнику і сказати йому компліменти (1-2 слова). Порада учням: звертаємо увагу на зачіску, одяг, риси характеру свого друга. 3. Вправа-розминка. Гра «Коні», собаки, коти». Хід вправи. Учні рухаються довільно по кімнаті. Психолог підходить до кожного з них і називає (тихо на вушко) якусь тваринку. Учні повинні запам'ятати назву тієї тварини, оскільки потім необхідно буде відтворити звуки даної тварини. За хвилину учні починають «розмовляти» мовою тварин; за звуками учні гуртуються в групи.

Основна частина. 1. Робота в групах. Хід вправи. Психолог пояснює учням хід вправи. Завдання для трьох груп. I група придумує слова на «С», II група – на «Р», III група – слова на «К», які б означали риси характеру людини (можна завдання і спростити – придумати слова, щоб дані букви були на початку слова, в середині, в кінці). Обговорення. Групи презентують свої виконані завдання. Психолог зачитує віршовані рядки: А які слова в собі хова Добра, щира буква «К»? Кмітливий, красивий, коханий, Культурний, колегіальний, Колективний, корисний, Класний... Мені здається ці слова – прекрасні! Стільки слів на букву «С» Гарних і хороших, Що ні ти, ні я усіх Пригадать не зможем! Сміливий, Справедливий, Славний, Слухняний, Сильний, Славетний, Сумлінний... Здається мені, українська земля Святими устами нам їх промовля. Радісно «Р» нам слова промовля Радість у кожному слові лунає. Радісний, Рідний, Розумний Рясний. Рідкісний. Райдужний, Роботящий... А ще й Родовитий наш край! 5. Вправа «Так-ні». Хід вправи. Учні слухають міркування, які зачитує психолог. Якщо твердження вірне, вони плескають в долоні: Якщо ти людина, то повинен... 1. Допомогати мамі мити посуд. 2. Робити комусь зле, якщо ніхто не бачить. 3. Не вмиватися. 4. Берегти та охороняти рідну природу. 5. Шанувати працю інших людей. 6. Галасувати, коли хтось відпочиває. 7. Бути вихованим, стриманим. 8. Обманювати, вихвалитися. 9. Насміхатися з чужого горя. 10. Добре вчитися, багато читати. 11. Не слухати батьків. 12. Допомогати друзям у біді. 13. Ділитися тим, що в тебе є. 14. Усе в хаті перекидати. 15. Ображати інших і грубіянити. 16. Захищати слабшого. 17. Шанувати дідуса і бабусю. 18. Спати на уроках. 19. Надмірно користуватися комп'ютером. 20. Піклуватися про менших і слабших. Обговорення. Питання для обговорення. Чи важко бути уважним? Чи зрозумілі вам дані міркування? 6. Вправа-руханка «Овочі та фрукти». Хід вправи. Учні обирають для себе назви улюблених овочів і фруктів. Психолог каже: Я готую салат з таких овочів та

фруктів: (перелічує ті, назви яких учні обрали попередньо). Завдання для учнів: почувши свою назву помінятися місцями. Необхідно, щоб всі учні рухалися. 7. Дидактична вправа «Якого предмета не вистачає?». Хід вправи. Учням необхідно дати папір з малюнком, їм пропонується уважно розглянути таблицю. Домалювати. Обговорення. Чого не вистачає у рядках? Як одним словом назвати зображені предмети? 8. Вправа-руханка «Хмарина». Хід вправи (відео-ролик). Учні виконують рухи під музику. 9. Вправа «Домалюй фігуру». Хід вправи. Кожна дитина отримує заготовки з різними геометричними фігурами. Завдання: учневі необхідно домалювати дану фігуру, щоб утворився певний малюнок або якийсь предмет. Це залежить від розвитку уяви учня, його оригінального творчого мислення (прямокутник, трикутник, коло, квадрат). Обговорення. Учні презентують напрацювання, розповідають, що саме хотіли намалювати. 10. Вправа «Знайди назви дерев».

Хід вправи. На дошці записано 4 речення великим шрифтом. У сполученнях літер поданих речень необхідно знайти назви дерев. Іду берегом річки. Я маю свій буквар. Гра була дуже цікава. Я лину до тебе, мамо! Обговорення. Питання для обговорення: Чи були труднощі під час виконання завдання? Чи бачили ви ці дерева? Розкажіть про них. Чи ростуть вони в нашій місцевості?

Завершальна частина. 1. Вправа «Незакінчене речення». Хід вправи. Учні по черзі закінчують думку: «Мені подобається вчитися тому що...». 2. Заключна рефлексія. Запитання: Що сподобалось вам сьогодні на занятті? Що було важким? 3. Ритуал прощання. Психолог: Кожне слово для людей має значення. На прощання говори... До побачення. Учні всі разом повторюють ці слова.

Заняття №11 «Дружба – найцінніший скарб». Мета: ознайомлення учнів з поняттям дружби, про значення і функції дружби у житті людини, розвиток мислення, уваги, зорової пам'яті, спостережливості, мовлення; сприяння розвитку вольової регуляції, умінню зосереджуватись; розвиток навичок стриманості у процесі спілкування, формування позитивної навчальної мотивації, виховання чесної поведінки, почуття доброзичливості, дружби, товаришування. Обладнання: папір, олівці, фарби.

Хід заняття. Вступ. 1. Психолог: повідомлення теми, мети заняття. 2. Вправа-привітання. Хід вправи. Психолог промовляє, учні повторюють разом. Доброго дня, сонце привітне! Доброго дня, небо блакитне! Доброго дня, у небі пташки! Доброго дня, тобі і мені! Діти закінчують речення: «Мій друг про мене би сказав...». 3. Вправа-розминка «Вухо-ніс». Хід вправи. Учні виконують вправу відповідно інструкції: лівою рукою потрібно взятися за кінчик носа, а правою – за протилежне вухо. Одночасно відпустить вухо і ніс, сплесніть у долоні, поміняйте положення рук навпаки. Обговорення. Питання для обговорення: Чим сподобалася гра? Чи плуталися, коли виконували вправу?

Основна частина. 1. Вправа «Доповни речення». Хід вправи. Психолог називає імена учнів, які присутні на занятті. Дітям необхідно доповнити речення. Наприклад, Софійка скромна, бо... Назар ввічливий, бо... Ангеліна щира, бо... Улянка чуйна, бо... Артем доброзичливий, бо... Костя розумний,

бо... Роман справжній друг, бо... 2. Інформаційне повідомлення про дружбу: Дружба – найбільший скарб. Дружба – це відносини, засновані на взаємній прихильності, духовній близькості, спільності інтересів. На дошці (слайді) записані прислів'я. Учні зачитують і висловлюють власні міркування. Дерево міцне корінням, людина – друзями. Лихий доброго псує. Вірний приятель – то найбільший скарб. Дружба родиться в біді, а гартується в труді. Яку дружбу заведеш, таке й життя поведеш. 3. Вправа «Придумай слова» Хід вправи. На першу букву слова «Дружба» придумати слова, які означають риси характеру. Добра «Д» Добра навчає, Дружелюбність і Дотепність виявляє, Закликає нас усіх: Треба Добрим бути до всіх. Довічно Доброзичливість Дарити, Щоб Давні Друзі і нові могли у світі Дружно жити. Добросовісно виконуй ці Добродушні поради І завжди люди будуть тобі раді. Обговорення. Діти по черзі (ланцюжком) промовляють слова. Чи всі слова вам зрозумілі, про які ви почули у вірші? 4. Вправа-руханка «Про дружбу» (діти попарно беруться за руки). Помирились сонце з хмаринкою, І тепер танцюють парою (танцюють). Ллється дощ, і сонце світить, (піднімають руки ввєрх), Усміхаються їм діти. Веселка свій місток зробила й Сонце з Хмаринкою здружила. Хай з них приклад беруть усі діти – треба дітям усім подружитись. 5. Вправа-драматизація. Робота в парах. Хід вправи. Розгляд ситуацій. 1. Ти посварився з другом, тепер хочеш помиритися (відтворіть діалог). 2. Ти приніс до школи яблуко, а твій друг сьогодні не має нічого смачненького. Як ти вчиниш? (обміркуйте ситуацію). 3. Твій однокласник тебе штовхнув ненавмисне на перерві (розіграйте сценку). Решта учнів, які не задіяні у сценках – глядачі. Потім приймають активну участь в обговоренні. Обговорення. Питання для обговорення: Чи важко було виконувати цю вправу? Які висновки можна зробити? Учні висловлюють власні думки. 6. Перегляд мультфільму «Спільна справа». Обговорення. 7. Арт-терапевтична вправа «Країна Н». Хід вправи. Намалювати колективний малюнок. Вигадати власну країну, дати їй назву і намалювати разом. На великому ватмані учні малюють те, що кожен вигадав. Психолог бере участь у спільній роботі. Обговорення. Питання для обговорення: Чи сподобався вам малюнок? Що ви хотіли показати на малюнку? Якими кольорами багатий ваш малюнок?

Завершальна частина. 1. Вправа «Подарунок». Хід вправи. Учні беруться за руки і розповідають по черзі, що б вони хотіли подарувати один одному. Це може бути будь-який подарунок: щось матеріальне, або слова подяки. Обговорення: Чи приймаєте ви подарунки від своїх друзів? Сподобалися вони вам чи ні? (діти дарують те, щоб хотіли собі мати, чого їм не вистачає). 2. Заключна рефлексія. Питання для обговорення: Що сподобалось вам сьогодні на занятті? Що було важким? 3. Ритуал прощання «Оплески».

Діагностичні заняття на завершальному етапі

Заняття №1. Повторна діагностика. Проективний малюнок «Мій найщасливіший день в сім'ї». Мета: контроль ефективності корекційно-розвивальної роботи методики успішної адаптації першокласників до освітнього процесу в школі за визначеними педагогічними умовами шляхом розвитку мислення, зорової пам'яті, дрібної моторики рук, уваги, розумових операцій мислення (узагальнення та класифікація); сприяння розвитку рухової пам'яті, умінню зосереджуватись; виховання любові та доброзичливості до людей. Обладнання: діагностичний інструментарій, папір, олівці.

Хід заняття. Вступ. 1. Психолог: повідомлення психолога щодо теми, мети заняття. 2. Вправа-привітання. Психолог промовляє: Доброго ранку, доброго дня! Доброго вчора, сьогодні, щодня! Хай не псується годинник на вежі, Хай буде все на землі, як належить, Сонце – як сонце, літо – як літо, Дощик – як дощик, діти – як діти. Кожному дому щастя бажаєм. Маку – цвітіння, житу – врожаю, Небові – миру, голубу – неба. Кожній дитині – всього, що треба. Хай посміхаються діти щодня. Доброго ранку, доброго дня!

3. Вправа-розминка «Загадки». Хід вправи. Психолог зачитує загадки, діти відповідають: Хитрі очі, дві косички. У веснянках ніс та щічки. Непосида невеличка називається ... (сестричка). Сильний, добрий, справедливий, біля нього ми щасливі. Знає, вміє він багато. Гордимось, бо це наш ... (тато). Ніжна, лагідна, рідненька, як голубонька сивенька. Нам би небо прихилила. Це ... наша мила (бабуся). Він чимало літ прожив, на повагу заслужив. Для матусі він татусь, а для нас – ріднесенький ... (дідусь).

Основна частина. 4. Вправа-руханка «Гості». Хід вправи. Зарядка для пальців рук: долоні зімкнуті; рухи пальців–попарно. Мамо, мамо!– постукування мізинцями. Що, дитинко?–постукування великими пальцями. До нас гості з ринку йдуть–постукування безіменними пальцями. Двері швидко відчиняй–постукування вказівними пальцями. Та родину зустрічай–згинання та розгинання середніми пальцями. 5. **Діагностика. Проективний малюнок «Мій найщасливіший день в сім'ї».** Учні отримують інструкцію від психолога про те, що їм необхідно намалювати свій найщасливіший день в сім'ї. Обговорення. Учні презентують свої малюнки, розповідають про те, що на них зображено. 6. Вправа-руханка «Пошта». Вправа допомагає зняти емоційну напругу, фізичну втому. Учні відтворюють такий діалог. Обирають ведучого, який промовляє: «Дзінь-дзінь-дзінь!» – Хто там? – запитують діти. – Пошта!– відповідає ведучий.– Звідки? – З міста (інший варіант «З дому»).– А що в місті роблять? Ведучий може сказати, що в місті танцюють, співають, стрибають, малюють тощо. Всі гравці повинні робити те, що сказав ведучий. На місце ведучого стає інша дитина і промовляє ті самі слова, тільки змінює місце перебування пошти (дім, село, іншу країну) і відповідно змінюються рухи дітей.

Завершальна частина. 1. Заключна рефлексія. Запитання: Що сподобалось вам сьогодні на занятті? Що було важким? 2. Ритуал прощання. Психолог: «Кожне слово для людей має значення. На прощання говори...До побачення. Учні всі разом повторюють ці слова.

Заняття №2. Повторна діагностика. Проективний малюнок «Що мені подобається в школі?». Мета: контроль ефективності корекційно-розвивальної роботи методики успішної адаптації першокласників до освітнього процесу в школі за визначеними педагогічними умовами шляхом розвитку мислення, пам'яті, спостережливості, мовлення, уміння висловлювати власну думку, сприяння розвитку вольової регуляції, уміння зосереджуватись; формування позитивної навчальної мотивації. Обладнання: діагностичний інструментарій, папір, олівці кольорові.

Хід заняття. Вступ. 1. Психолог: повідомлення теми, мети заняття. 2. Вправа-привітання. Хід вправи. Психолог промовляє віршовані слова; учні повторюють їх разом. Треба всім нам привітатись: Добрий день! Дружно й весело сказати: Добрий день! Вліво-вправо повернутись, Один одному всміхнутись. Добрий день! Добрий день!

Основна частина. 1. Вправа-гра «Чарівний стілець». Хід вправи. Психолог розповідає учням, що у кожної людини є позитивні якості, про які іноді не знає й сама людина. Тому дуже важливо їй про них говорити. По середині кола ставиться стілець і по черзі кожен з учасників сідає на нього, а всі інші говорять йому добрі слова про його якості, висловлюють свої побажання. Участь кожного учня обов'язкова. 2. **Діагностика. Проективний малюнок «Що мені подобається в школі?».** Хід вправи. Учні отримують інструкцію від психолога про те, що їм необхідно намалювати все те, що їм подобається робити в школі. Обговорення: учні презентують власні малюнки, аналізуючи їх. 3. Вправа «Валіза». Хід вправи. Методом «Мозкового штурму» учні дають відповідь на запитання: «Якими рисами характеру повинен володіти сучасний учень 1 класу?» Психолог записує всі відповіді учнів на дошці. Після цього здійснюється обговорення й всі разом складають «валізу» рис характеру сучасного учня 1 класу. Орієнтовна «валіза» рис характеру сучасного учня 1 класу: сумлінний, наполегливий, розумний, добрий, уміє користуватися комп'ютером тощо. 6. Вправа-руханка «Гусачок» (відео-ролик). Учні виконують рухи, переглядаючи відео.

Завершальна частина. 1. Вправа «Улюблена гра». Хід вправи. Психолог пропонує учням пограти в гру, яка їм більше сподобалася під час відвідування даних занять. 2. Заключна рефлексія. Запитання: Що сподобалось вам сьогодні на занятті? Що було важким? 3. Ритуал прощання. Психолог повідомляє учням, що сьогоднішнє заняття ми провели останнє, але ж, якщо у кого буде бажання поспілкуватися, поділитися своїми думками, то вони завжди можуть прийти до психолога. 4. Вправа «Оплески».