Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Вольгинская средняя общеобразовательная школа

Обобщение опыта работы по теме:

**Педагогическое сопровождение первоклассников в адаптационный период в условиях реализации ФГОС**

Фисенко Наталья Анатольевна

учитель начальных классов

2014 год

*Нет плохих учеников,*

*есть неудачная ситуация для развития ребенка.*

**1.Условия возникновения и становления опыта.**

Многочисленные исследования показывают, что около 25-30% детей, которые приходят в первый класс, уже имеют отклонения в здоровье. А за период обучения число здоровых детей уменьшается в четыре раза.

Наши дети страдают и в психологическом плане. Часто с поступлением в школу присущие дошкольникам открытость, здоровое любопытство, инициативность попросту подавляются.

Федеральные государственные стандарты определяют задачу сохранения и укрепления здоровья детей как одну из приоритетных. Здоровье, по концепции стандартов, понимается как совокупность нескольких составляющих, среди которых: физическое, психическое, духовное, социальное здоровье.

Начало обучения в школе – это один из наиболее сложных моментов в жизни ребенка. Это не только новые условия, это новые отношения, новые обязанности. По данным Института возрастной физиологии РАО у 65-70% детей в период адаптации возникают страхи, срывы. От того, насколько благоприятно пройдет у ребенка период вступления в школьную жизнь, зависит все дальнейшее его пребывание в школе. Психологи утверждают, что если человек в первые десять лет терпит неудачи, он теряет уверенность в дальнейшей жизни.

**2. Актуальность опыта.**

Идея «здоровьесбережения» учащихся проходит красной нитью национального проекта «Образование», особенно актуальна она для начальной школы, так как стандарты по-новому обращают учителя к организации обучения первоклассников, особое внимание, уделяя адаптационному периоду.

**3.Ведущая педагогическая идея.**

«Нет плохих учеников, есть плохие учителя» - писал Жан Жак Руссо.Я позволю себе изменить это высказывание: «Нет плохих учеников, есть неудачная ситуация для развития ребенка». Это главная идея, которой я руководствовалась при изучении этой проблемы.

**4.Теоретическая база опыта.**

***4.1.Ведущие психологи о проблеме адаптационного периода.***

Симптомы «кризиса семи лет» описал основоположник советской психологической школы Л.С.Выготский, понятие «социальная адаптация» осветил Г.А Гусев, об особенностях адаптации первоклассников к новым условиям писали М.М. Безруких, Л.А Венгер, Н.Г.Лусканова, Р.В.Овчарова, Д.Б.Эльконин и другие.

В словаре С.И.Ожегова адаптация определяется как приспособление организма к изменившимся условиям.

Поступление в школу вызывает перестройку всего образа жизни и деятельности ребенка. Большинство первоклассников приходят в школу из детского сада. Там были игры, прогулки, спокойный режим, дневной сон. В школе все по-другому: работа в достаточно напряженном режиме, новая жесткая система требований. Ученые - психологи выявили, что адаптационный период первоклассников длится до восьми недель. Если процесс адаптации нарушается или слишком затягивается, наступает дезадаптация. Это ведет к затруднениям в обучении, нервным расстройствам, появлению тревожности, возникновению конфликтов.

Адаптация к школе – это многоплановый процесс. Его составляющими являются физиологическая и социально - психологическая адаптация. Согласно М.М.Безруких процесс адаптации можно разделить на три этапа.

Первые три недели адаптации получили название «физиологическая буря». В этот период на все воздействия организм ребенка отвечает большим напряжением всех систем. Дети тратят огромную часть ресурсов своего организма. Это объясняет, что в конце сентября многие первоклассники болеют.

Следующий этап – «неустойчивое приспособление». Организм ребенка вырабатывает приемлемые варианты реакций на новые условия.

После этого наступает период относительно устойчивого приспособления. Организм реагирует на перегрузки уже с меньшим напряжением.

***4.2.Компоненты социально – психологической адаптации.***

4.2.1.Взаимодействие между учителем и учеником.

Это неоспоримо, что «Все в учителе оказывает то или иное воздействие на класс».

Негативно влияет на психику детей:

* авторитарность
* категоричность
* несдержанность
* раздражительность
* равнодушие

Эти воздействия повышают уровень тревожности первоклассника, истощают его энергетические ресурсы.

Благоприятно отражаются на психическом здоровье детей:

* способность к сочувствию
* сопереживанию
* толерантность
* умение владеть своими эмоциями.

4.2.2. Климат на уроке.

Как ни странно, но главным условием успешного обучения является способность учителя держать дисциплину, но не авторитарную, а дисциплину, которая зависит:

* от разумности требований
* от степени насыщенности урока
* от правильного сочетания серьезного и юмористического
* от знания особенностей детей и индивидуального подхода к ним.

4.2.3. Социально – психологическая адаптация зависит от того, как дети взаимодействуют между собой.

**5. Новизна опыта.**

Новизна опыта продиктована следующими факторами:

* изменениями ценностей в условиях модернизации российского образования
* изменениями подходов к организации работы с первоклассниками в адаптационный период

**6. Цель исследования:**

создание психолого-педагогических условий, обеспечивающих благоприятное течение адаптации первоклассников к школьному обучению.

**7. Задачи:**

7.1. Выявление особенностей психолого-педагогического статуса каждого ученика (через диагностирование).

7.2Осуществление системы поддержки через:

* создание санитарно - гигиенических условий, максимально обеспечивающих учебный процесс
* создание комфортных психологических условий
* создание условий для развития коммуникативной сферы ребенка (программа «Вхождение в школьную жизнь»)

7.3. Создание системы поддержки дезадаптированных детей через программу «Я и Мир».

7.4 Повышение уровня психолого-педагогической компетентности родителей через родительские собрания, анкетирования, тренинги, памятки- рекомендации.

**8.Технология опыта.**

8.1.Отслеживание показателей здоровья детей на основании изучения индивидуальных медицинских карт и бесед с родителями.

Я узнала:

* сколько леворуких детей (два)
* детей с дефектами речи (три)
* медлительных (два)
* чрезмерно подвижных, расторможенных (два)

Самое распространенное заболевание, перенесенное до школы – ОРЗ (в среднем каждый ребенок переболел 6 раз, наибольшее число – 16 раз).

* Кишечные инфекции (7 человек)
* Пневмония (3 человека)
* Заболевание уха, горла, носа (24 человека)
* Заболевания кожи (дерматит – 4 человека)
* Заболевания органов зрения (2 человека)

Таким образом, стало понятно, что практически все дети имели проблемы со здоровьем. А детям с ослабленным здоровьем, адаптация дается еще труднее.

8.2.Проведение стартовой диагностики.

В первую неделю сентября провела стартовую диагностику, которая позволила выявить уровень готовности детей к школе, а также получить дополнительные сведения о степени самостоятельности, активности, уровне общительности каждого ребенка.

Высокий уровень развития показали 5 учеников, средний -12 учеников, низкий – 6 учеников.

8.3.Отслеживание санитарно - гигиенических условий обеспечения учебного процесса в соответствии с требованиями СанПиНов.

*Экологические условия.*

Школа расположена рядом с лесом, речкой, утопает в зелени, посторонний шум отсутствует.

*Цветовая гамма класса*

Цвет моего класса – матово - зеленый, а цвет классной мебели – светлое дерево, что соответствует рекомендациям психологов.

*Школьная мебель*

Школьная мебель модульная соответствует современным требованиям, так как позволяет менять высоту стола и стула в соответствии с ростом каждого ребенка.

*Освещенность*

Освещенность проверена СЭС и соответствует норме. Но освещение включаем только когда в этом есть необходимость, так как естественный свет стимулирует работу мозга.

*Воздушно – тепловой режим*

В кабинете поддерживается оптимальная температура для занятий (18 – 20°) через регулярное проветривание. В кабинете есть аэрофитомодуль. Для увлажнения воздуха используется в зимний период опрыскиватель.

*Организация питания.*

Все учащиеся класса получают бесплатный горячий завтрак в школьной столовой 9ч 40 мин. Для повышения иммунитета и снижения заболеваемости в период эпидемий гриппа едим чеснок, а на окнах высаживаем «луковые грядки».

*Режим занятий выстраиваю следующим образом:*

* обучение осуществляется в первую смену, пять дней в неделю
* расписание составлено с учетом «шкалы трудности» предметов
* четверг - «облегченный день»- отсутствие математики, ООМ в виде экскурсии, урок технологии, физкультуры.
* использую «ступенчатый режим» постепенного наращивания учебного процесса

В сентябре и октябре провожу по 3 урока продолжительностью 35 минут. Четвертый урок согласно ФГОС заменяю целевыми прогулками, экскурсиями, развивающими играми, физическими занятиями.

На этот период вместе с родителями создаем в классе игровой уголок (ковер, игрушки).

На 10 и 20 минутах каждого урока физкультминутки. Выполняю систематический контроль за правильной посадкой.

8.4.Использование нетрадиционных уроков в этот период.

В период адаптации деятельность учащихся планируется так, чтобы максимальное количество уроков прошло в виде экскурсий. На уроках окружающего мира узнаем лиственные и хвойные растения в природе. Математика - урок – экскурсия «Временные представления». На уроках технологии использую целевую прогулку в лес для сбора природного материала. На уроках изобразительного искусства прогулка на лесную поляну с целью развития навыков восприятия, эстетического любования, экскурсия в ДК п. Вольгинский с целью просмотра выставки работ учащихся. В этот период часто провожу уроки в нетрадиционной форме.

* Урок – игра «Математика в жизни людей»
* Урок – путешествие в страну Геометрию.
* Урок – сказка «Жили – были буквы».
* Урок лото – концерт (музыка).
* Урок КВН «Что это за листья?» (окружающий мир)
* Урок – соревнование «Чья лягушка дальше прыгнет» (технология оригами).

8.5. Особенности организации традиционного урока

Урок – это основная форма учебной деятельности. Любой урок начинается с организационного момента. В начале первого класса – это четкая пошаговая инструкция учителя. Основная часть – дробная, состоит из разных видов деятельности. Игра (дидактическая, ролевая) – обязательная часть структуры урока.

Учение – социально значимая деятельность. Постепенность введения требований и их соотнесенность с индивидуальным опытом ребенка – обязательное условие. Учитель на уроке – равноправный партнер. Моя задача – создать условия, при которых дети сами поставят цель урока. Только тогда она станет их целью.

В ходе урока все догадки, открытия фиксирую на «доске достижений». В конце урока возвращаемся к поставленной задаче: «Чему научились?»

8.6.Правила оценочной безопасности

Контроль и оценку знаний осуществляю в данный период в соответствии с требованиями ФГОС. У каждого ученика есть портфолио, оно отражает результаты, достигнутые ребенком за определенный период, и дает возможность строить прогнозы на дальнейшее развитие.

При оценке деятельности стремлюсь:

* не скупиться на похвалу
* хвалить исполнителя, критиковать исполнение
* даже в море неуспеха нахожу островок успешности
* не ставлю перед ребенком несколько задач одновременно
* формула «опять ты НЕ» - верный способ выращивания неудачника
* не подлежит оцениваю темп работы, личностные качества, своеобразие психических процессов

8.7.Социально - психологическая адаптация

При всем многообразии различных проявлений в поведении детей, все они, как шумные, так и тихие, как агрессивные, так и спокойные - нуждаются в помощи и поддержке. Причины следующие:

- им трудно ориентироваться в пространстве школы

- им неизвестны многие правила поведения в школе

- незнакомы окружающие дети и взрослые

Чтобы высокий уровень внутренней напряженности уступил место ощущению эмоционального комфорта первые две недели (10 занятий) осуществляю работу по программе «Введение в школьную жизнь». (Приложение 1) Цель данной программы - создание условий для проживания и осмысления нового опыта (опыта школьника).

Первоклассники в игровой сказочной форме вместе с учениками из «лесной школы» узнают правила поведения в школе, приобретают навыки взаимодействия, сотрудничества в парах, в группах, учатся осуществлять самооценку своей деятельности, находить положительные результаты. Все это обеспечивает повышение уровня развития познавательных процессов, учебную мотивацию, снижает уровень тревожности, создает эмоциональный комфорт и чувство защищенности (методическая разработка занятий прилагается).

* стремлюсь, чтобы каждый день приносил первоклассникам радость
* показываю каждому ребенку, что он мне интересен (выслушиваю, подбадриваю, глажу по голове)
* серьезно отношусь к его маленьким проблемам и принимаю его таким, какой он есть
* создаю на уроках обстановку доверия, организую деятельность, а не поведение
* считаю, что плохое поведение первоклассника – это не вызов учителю, а реакция на переутомление
* ежедневно всех хвалю (слабоуспевающих за маленькие победы, сильных – за решение трудных учебных задач). На каждом уроке показываю мотивацию учения (это очень важно), как можно чаще говорю детям такие фразы: «Как быстро ты этому научился!», «Как хорошо у тебя получается учиться!», «Ты всему учишься удивительно легко!», «Вижу, тебе нравится учиться!

Для создания психологического комфортаиспользую упражнения на релаксацию:

* Последние несколько минут каждого урока читаю интересную книгу с продолжением (голова на парте, глаза закрыты).
* Энергично надуваем воображаемый шарик, затем он медленно со звуком «с – с - с» начинает сдуваться.
* Набираем в руки воображаемый песок, сжимаем пальцы, удерживаем в руках, высыпаем песок.
* Встаем прямо, принимаем позу солдата и не двигаемся 10 секунд, затем на 10 секунд принимаем позу «тряпичной куклы».
* Отдыхаем под музыку: шум ручья, пение птиц и т.д.

Очень важно в этот период снизить уровень тревожности. Для этого сначала определяем, насколько высока тревожность. Рисунок «Я счастлив и доволен», тревожным детям не дается. Использую приемы куклотерапии (пальчиковые игрушки), технику рисования путем преобразования клякс, лепку.

Главное - научить ребенка расслабляться и концентрироваться. Отношения выстраиваю следующим образом:

* тревожным детям не даю негативную оценку
* не спрашиваю их в начале и в конце урока
* не подгоняю и не тороплю
* не говорю строго с нерадивым учеником в присутствии тревожного
* хвалю при всех, а замечания наедине

Благополучная адаптация зависит также от системы межличностных отношений, в которые вступает первоклассник.

На начальном этапе дети еще:

* дети еще не умеют сотрудничать в больших группах
* плохо знают друг друга

Поэтому самой комфортной для первоклассника является работа в парах. Формирование пар (по желанию) в начале периода адаптации особенно важно, так как поддерживает положительную эмоциональную атмосферу в классе. Пример работы в парах – занятие «Варежки». (Приложение 2)

Семь пар показали высокий уровень деловых межличностных отношений. Четыре пары справились с заданием, но работали по принципу «ведущий - ведомый». Одна пара не справилась с заданием. Неготовность детей принимать общую цель ставит преграду для формирования деловых межличностных отношений.

8.8.Дезадаптация

Итак, основными показателями благоприятной адаптации ребенка к школе являются:

* сохранение физического, психического и социального здоровья
* установление контакта с учителем
* формирование адекватного поведения
* овладение навыками учебной деятельности

И наоборот, наличие у ребенка беспокойства, тревоги, повышенной возбудимости, агрессивности – это признаки дезадаптации. Дезадаптация – это образование негативных механизмов приспособления к школе. Природа дезадаптации сложна. Корни ее в характере семейных отношений, в личностном развитии, реже в складывающихся отношениях с учителем.

В сентябре я диагностировала уровень адаптации каждого ребенка. Высокий уровень адаптации показали 30% первоклассников, средний –18%, низкий – 20% и частичная дезадаптация – 20%, дезадаптация -12%.

Организацию педагогической поддержки дезадаптированных детей осуществляла на занятиях по внеурочной деятельности. В их основу легла программа «Я и Мир», разработанная Т.Н.Звездиной.

(Приложение 3)

Занятия представляли собой игры, творческие задания. Подбирала индивидуальные задания для детей с недостаточным интеллектуальным развитием, неспособных управлять своим поведением.

7.9.Работа с родителями

Первая встреча с родителями будущих первоклассников в подготовительных группах наших двух детсадов. Мы знакомим родителей с готовностью ребенка к школьному обучению. Главная цель - донести до родителей, что…

«Быть готовым к школе – не значит уметь читать, писать и считать. Быть готовым к школе – значит быть готовым всему этому научиться». (Л.Н.Венгер)

Позже родители будущих первоклассников получали рекомендации по летнему отдыху детей. В сентябре провожу два собрания: в конце первой недели, по вопросу адаптации и в конце сентября. Это собрание – тренинг с психологом. Обязательно раздаю родителям памятки. (Приложение 4)

**9. Обобщающе-аналитический этап.**

Результаты своей деятельности я отследила в следующей диагностике:

9.1. Простудные заболевания (сентябрь-октябрь)

* подготовительная группа детского сада – 28%
* первый класс – 17%

Заболеваемость ОРЗ даже снизилась на 11%

9.2. Уровень адаптации я выявила, использовав анкету психолога Лускановой Н.Г.(Приложение 5)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Уровень адаптации | сентябрь | ноябрь |
| Высокий | 30% | 52% |
| Средний | 18% | 24% |
| Низкий | 20% | 16% |
| Частичная дезадаптация | 20% | 8% |
| Дезадаптация | 12% | 0% |

За два месяца уровень адаптации изменился в положительную сторону. В классе не стало дезадаптированных детей, имеет место частичная дезадаптация (4 ученика).

9.3 Тест тревожности (Р. Теммл, В.Амен, М.Дорки) помог мне отследить уровень тревожности моих первоклассников.

(Приложение 6)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Уровень тревожности | Индекс тревожности | Количество учащихся |
| Высокий | Более 50% | 4 |
| Средний | От 20 до 50% | 6 |
| Низкий | От 0 до 20% | 14 |

Экспериментальные показатели (мои) оказались лучше, чем контрольные (среднестатистические).

9.4. Положение ребенка в коллективе, его социальную адаптацию я проверила по методике «Мой класс» (Приложение 7)

|  |  |
| --- | --- |
| Позиция рядом с учителем (принятие статуса ученика) | 25.5% |
| Позиция рядом с детьми (благополучная социальная позиция) | 54% |
| Позиция один вдали от всех (неблагополучная социальная позиция) | 8% |
| Игровая позиция (не соответствует учебной) | 12,5% |

По результатам исследования видно, что около 80% детей показали благополучную социальную позицию.

9.5.В конце учебного года я сравнила результаты входной диагностики с результатами выполнения областной комплексной работы данного пилотного класса.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Входная диагностика (сентябрь) | Количество учащихся | Уровень достижений (комплексная работа) (апрель) | Количество учащихся |
| Низкий уровень | 6 | Ниже базового уровня | нет |
| Средний уровень | 12 | Базовый уровень | 6 |
| Высокий уровень | 6 | Повышенный уровень | 18 |

Результаты комплексной работы показали сформированность у учащихся универсальных учебных действий в том числе и метапредметных.

**10.Итоги реализации проекта.**

В результате проведенных мероприятий все учащиеся класса успешно адаптировались к школьному обучению. Внутренняя позиция школьника сформирована, социальная роль ученика усвоена, страхов перед школой у детей не наблюдается. Перспективы дальнейшего развития

я вижу в отслеживании индивидуального развития каждого ребенка и его продвижении во всех видах деятельности и в поведении.

Список используемой литературы.

1.Федеральный государственный стандарт начального общего образования

М.Просвещение 2010 г.

2.Выготский Л.С. Вопросы детской психологии. Кризис семи лет.

Психология М. Просвещение 2000г.

3.Безруких М.М., Ефимова С.П. Ребенок идет в школу.

М.Просвещение 2000г.

4.Венгер Л.А. Венгер А.Л. Готов ли ваш ребенок к школе?

М.Просвещение 1994 г.

5.Овчарова Р.В. Практическая психология в начальной школе.

М.Просвещение 1999 г.

6.Цукерман Г.А.,Поливанова К.Н. Введение в школьную жизнь.

М.Просвещение 2003 г.

7.Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии 1-4 классы.

ВАКО 2004 г.

8.Коган В.А. Школьная готовность.

Семья и школа 1989-7.